A testnevelés tanítása

A MŰVELŐDÉSÜGYI MINISZTÉRIUM MÓDSZERTANI FOLYÓIRATA
II. ÉVFOLYAM
1966.

4.

Kozák Lajos felvétele

A testnevelés tanítása

Szerkesztő
Burka Endre

Szerkesztő bizottság
Bellay Lászlóné
dr. Kálmánchey Zoltán
Nyíri János
Paku Ernő
Raffel Zoltán
Sós István
dr. Székely Gabriella
Szuh Csaba

E számunk munkatársai: Burka Endre OPI tanszékvezető, Budapest, *dr. Ember Lászlóné* főisk. adjunktus, Budapest, *Györök Gyula* gyógytestnevelési szakfelügyelő, Budapest, *Kovács Ildikó* tanár, Bicske, *Mezőfy András* az MTS munkatársa, Budapest, *Nádori László* főisk. adjunktus, Budapest, *Novák István* tanár, Bátaszék, *Nyíri János* MM főelőadó, Budapest, *Raffel Zoltán* szakfelügyelő, Budapest, *Szabó János* egyet. testnevelő tanár, Budapest, *Szilágyi Dezső* tanár, Szikszó, *Takács Ferenc* főisk. tanársegéd, Budapest.

TARTALOM

Nyíri János: Az új tanév elé 97
Györök Gyula: Segítsük elő a gyógytestnevelés széles körű bevezetését 99
Szilágyi Dezső: Neveljük tanítványainkat gyakorlatias önálló munkára 102
Nádori László: Néhány irányzat a testnevelésben és a sportban 105
Raffel Zoltán: A testnevelés és a koedukáció 109
Kovács Ildikó: Önértékelés, igényszint-realitás a testnevelésben 112
Szabó János: A játékműveltség és annak kialakítása 116
MTS-határozat a középfokú iskolák sportköreinek 1966—67. évi feladatairól (Mezőfy András) 118
TÁJÉKOZTATÓ 121

Megjelenik évente hatszor

Szerkesztőség: Budapest, VII., Gorkij fasor 17—21. OPI Testnevelési Tanszék. — Telefon: 228—203, 228—238, 228—609, 108 mellék. — Kiadja a Tankönyvkiadó, Budapest, V., Szalai u. 10—14. — A kiadásért felelős: Vágvölgyi Tibor igazgató. — Terjeszti a Magyar Posta. — Előfizethető a Posta Központi Hírlapirodánál (Budapest, V., József nádor tér 1.) és bármely postahivatalnál. Előfizetési díj egy évre 14,40 Ft. — Csekkszámlaszám: egyéni: 61.256, közületi: 61.066 (vagy átutalás az MNB 8. sz. folyószámlájára).

66.1092 Egyetemi Nyomda, Budapest

Az új tanév elé

NYÍRI JÁNOS

A Művelődésügyi Minisztérium a soron következő tanévre nem adott ki — az elmúlt évekhez hasonlóan — külön tanévnyitó utasítást. Ennek alapvető oka egyrészt az a bizalom, amely a pedagógusok felé megnyilvánul, másrészt az az igény, hogy a testnevelés céljainak eredményes megvalósítása a helyi tervezés felelősségteljes önállóságán alapuljon.

Az iskolareform megvalósulását szolgáló testnevelési tantervek az általános iskolákban a negyedik, a középiskolákban a második tanítási évbe lépnek. Az új tanítási év tehát lényegében már ismert anyag — és nem minden vonatkozásban valami új, eddig nem létező feladat — megvalósítását igényli.

A tantervek kidolgozását megelőzően nem folytak széles körű tudományos vizsgálatok, kísérletek, melyek biztos támpontot, határozott irányvonalat adtak volna a tanítási anyag sokféle szempont szerint történő összeállítására. Ennek ellenére a tantervek — a múlt tapasztalatait és a jövő követelményeit figyelembe véve — mai ismereteink alapján, a szakemberek véleménye szerint jóknak mondhatók. A tanévi feladatok meghatározásának tehát semmiképpen sem lehetnek olyan szempontjai, amelyek a tantervek valamiféle revízióját jelenthetnék. A tanévi munka alapvető szempontjaként a tantervi anyagfeldolgozás minél eredményesebb megvalósítását — szükségszerűen a helyi adottságok és körülmények lehetőségeinek keretében — kell kitűzni. A soron következő tanévben tehát nem újféle anyag kiválasztását, hanem elsősorban a tantervekben meghatározott anyag esetleges újfajta módszerekkel való feldolgozását kell feladatunknak tekintenünk. Ilyen vonatkozásban az elmúlt tanév bizonyára sok testnevelő számára nyújtott hasznosítható tapasztalatokat. Ezeknek a tapasztalatoknak konzekvens érvényesítése vezethet az eredményesebb oktató-nevelő munkához.

A nevelői munka eredményességének vizsgálata a tantervi feladatok alapján természetesen csak azokra az osztályokra terjedhet ki, amelyekben már az új tanterv előírásai érvényesültek. Teljes képet ilyen vonatkozásban csak jó néhány év múlva, az általános és középiskolai tanítási anyag folyamatos elvégzése és befejezése után nyerhetünk. Az első évek is utalhatnak azonban olyan kérdésekre, amelyekből következtethetünk a tantervi feladatok eredményes megvalósítására. Ilyen kérdések: sikerült-e a tanulókban a különböző testgyakorlati ágak műveléséhez szükséges kedvet és érdeklődést felkelteni; mennyire és milyen mértékben tudtuk biztosítani a tanulók mozgásszükségleteinek a kielégítését; mutatkozik-e igény a tanulókban a testkultúra fogalmából következő feladatok önkéntes és következetes megvalósítására; stb. Az iskolai testnevelés egészét jellemző munka eredményességére bizonyos vonatkozásban választ adhattak az elmúlt tanévben és a nyári tanítási szünetben megrendezett Országos Sportnapok demonstratív ünnepségei. Választ kaphattunk arra, hogy tanulóink készek és képesek-e iskolai testnevelési képzettségük alapján tömegméretben is, hosszadalmas és különösebb felkészülés nélkül is a demonstratív bemutatókra. Képesek-e és készek-e arra, hogy minőségi sportteljesítmények vonatkozásában a nyári tanítási szünetben is elérjék maximális teljesítőképességüket (az Országos Sportnapok keretében rendezett középfokú iskolai országos bajnokságok).

A részeredményekre vonatkozó megállapítások természetesen az iskolai testnevelés

komplex egészének, a feladatok szorosösszefüggéseinek valóságából adódnak, illetve abból következnek. Kérdés tehát, milyen feladatokat kell további munkánk során alapvetőnek, központinak tekinteni.

1. A tantervi anyagfeldolgozás teljességére való törekvés. Az anyag megtervezésében messzemenően figyelembe kell venni a tanítási körülményeket. Nem szabad azonban csupán az optimális adottságokra tervezni. A tanítási feltételek tekintetében nem szabad túlságosan igényesnek lenni. (A labdajátékok oktatásához nem nélkülözhetetlen a salakos vagy bitumenes versenypálya.)

2. A tanítási anyag feldolgozásában törekedjünk a korszerű oktatás-módszertani elvek és gyakorlat alkalmazására. Ilyen vonatkozásban nélkülözhetetlen a továbbképzés. Legyen bátorságunk ne csak új módszerek alkalmazására, hanem azok megtanulására is. Elismerés és dicséret illeti azokat a pedagógusokat, akik nemcsak az oktatásügy irányításától, de önmaguktól is megkövetelik a tanulást, a továbbképzést.

3. Az adott iskolatípusba belépő új osztályokban (általános isk. 5. középiskola 1. osztály) a legkövetkezetesebb alapozó és előretekintő — a tantervi koncepciók szellemében történő — oktató-nevelő munka megvalósítása.

4. A tanítási anyag folyamatos egymásra épülésének tervszerű biztosítása. Az adott osztályok előző évi tapasztalatainak maximális érvényesítése. A valamilyen okból elmaradt vagy hiányosan feldolgozott anyagrészek pótlása.

5. A korszerű tanítás követelményeinek az alkalmazása. (A tanulói motiváció és tanulói aktivitás helyes érvényesítése.)

6. Az oktató-nevelő munka összhangjának biztosítása: a túlzások és aránytalanságok elkerülése. A nevelési tervek ajánlott tevékenységi formáinak következetes érvényesítése, a nevelési vonatkozású igényesség állandó ébren tartása.

7. A tanítási idő (testnevelési órák) optimális felhasználása, a tanítási óra (45 perc) hatásfokának (tanulói terhelés) szükség szerinti biztosítása.

8. Az osztály (tanulócsoport) teljességének a foglalkoztatása. Ebben a vonatkozásban hangsúlyozott jelentősége van a korszerű foglalkozási formák alkalmazásának. Az időszakos, egyes órák alóli felmentési kérelmek tárgyilagos elbírálása. A tanulók év eleji csoportbeosztásának (kategorizálás) előkészítése, nyilvántartása.

9. A tanulói munka értékelése. Az érdemjegyek (osztályozás) megállapításában a kiadott utasítás teljes mértékű betartása. A szubjektív és önkényes módszerek végleges felszámolása.

10. A tanítási óra egészségügyi feltételeinek mindenkori biztosítása. A tanulók szervezetének fokozatos és ésszerű edzése, az időjárási viszonyoknak megfelelően.

11. A tanítás tárgyi és dologi feltételeinek állandó javítása (sportudvar, szükségterem, ugrómedrek és dobó-futó pályák létesítése stb.).

12. A könnyített testnevelés lehetőségeinek szükség szerinti biztosítása.

A felsorolt feladatok természetesen nem a teljesség igényeivel jelentkeznek, s nem is valamilyen fontossági sorrendben. A feladatok felsorolása nem mindenben új, de megvalósításuk új és jobb lehetőséget biztosíthat az oktató-nevelő munka egészének megjavításában. Az ismertetett feladatok megvalósításának óhaja évek óta szükségszerű kívánalom. Testnevelőink nagy többsége hivatás- és kötelességérzetből — valamint áthatva az ifjúság szeretetétől — minden új tanítási évben többet és jobbat akar az elmúlt éveknél. E törekvésüket sokszor rajtuk kívül álló okok akadályozzák, nehezítik. De ha a magunk részéről mindent elkövetünk a jobb és nagyobb értékű munka eredményessége érdekében, akkor nemcsak a nevelői elhivatásnak tökéletesítését szolgáljuk, hanem — és ez a legfontosabb — hozzájárulhatunk tanuló-ifjúságunk életvidám, egészséges felneveléséhez.

Segítsük elő a gyógytestnevelés széles körű bevezetését

GYÖRÖK GYULA

1964. szeptember 1-én hatályba lépett a 184/1963/M. K. 24./MM. számú utasítás, mely elrendelte, hogy: „... minden tanuló életkorának és egészségi állapotának megfelelő rendszeres testnevelésben részesüljön".

Gyógytestnevelési szempontból a korábbi *837/85/1952. Eü.M. sz. utasítás* egyik fő érdeme az volt, hogy B jelzéssel „gyenge" csoportba sorolta a kisebb fokú „egészségi vagy testi fogyatékosságban" szenvedő, vagyis az enyhébb belgyógyászati, mozgásszervi és egyéb megbetegedésekben szenvedő tanulókat és elrendelte, hogy a B csoportba tartozó tanulók a testnevelési órákon csak mozgáskorlátozással vehetnek részt. Ezzel, részleges felmentés formájában, *országosan bevezette* a normál testnevelési óra keretében *a könnyített testnevelést.* Ezen a 184/1963/M.K.24./MM. sz. utasítás csak annyit módosított, hogy lehetővé tette e foglalkoztatási forma külön órában való szervezését. — A másik fő érdeme az volt, hogy *Budapesten a gerincferdüléses tanulók számára 1915. óta rendszeresített javítótorna-tanfolyamokat* mint a testnevelés alól teljesen felmentett tanulók iskolai testnevelési foglalkoztatásának egyik formáját végre *hivatalosan is elismerte.* — Az utasítás fő fogyatékossága viszont az volt (és ezért is kellett megszűnnie), hogy nem ismerte el — a Magyarországon *1954.* óta, *a javítótorna-tanfolyamok országos bevezetésével* kb. egy időben megindult — belgyógyászati gyógytestnevelést.

A belgyógyászati gyógytestnevelés ugyanúgy, mint a javítótorna, az addig teljesen felmentett szívbetegségben, juvenális hypertoniában, asthma bronchialeban, súlyosabb fokú adipositásban, súlyosabb fokú vegetatív distoniában stb. szenvedő tanulók külön iskolai testnevelési foglalkoztatásaként jött létre, és *az előzőleg már elismert javítótornával együtt, gyógytestnevelés címen a 184/1963/M.K.24./MM. sz. utasításban kapott polgárjogot először.*

A mai gyógytestnevelés kialakulásának fontosabb eseményeit azért kell kihangsúlyozni, mert sokan azt hiszik, hogy a 184/1963/M.K.24./MM. sz. utasításban a könnyített testnevelés az új dolog. Pedig valójában nem a könnyített testnevelés, hanem a gyógytestnevelés az új, és azt kell szorgalmazni! Sokan azt hiszik, hogy a gyógytestnevelés mint az iskolai testnevelés III. csoportja, a könnyített testnevelésből, II. csoport és a testnevelés alól teljesen felmentett IV. csoportból jött létre. — Nem. A gyógytestnevelés kezdettől fogva kizárólag a IV. csoportból jött létre, és abból is kell tovább fejlődnie mindaddig, amíg csak egészen csekély réteggé nem alakul a ma még igen tekintélyes IV. csoport.

Az 1964/65. iskolaév elején, a Művelődésügyi Minisztérium hivatalos statisztikai adatai szerint, az 1964. október 15-i állapotnak megfelelően, *a rendes iskolai testnevelést kérő tanulók közül*

könnyített testnevelésre utaltak:	10 375 tanulót
gyógytestnevelésre utaltak:	5 987 tanulót
és teljesen felmentettek:	17 301 tanulót.

A tanév eleji szakorvosi vizsgálatok alkalmával tehát kb. *háromszor annyi tanulót mentettek fel mindenféle testnevelési foglalkozás alól, mint amennyit gyógytestnevelésre utaltak.*

A tanév végére nemcsak a felmentést kérő tanulókat, hanem az összes iskolák összes tanulóit megvizsgálták az iskolaorvosok. Ezért 1965 júniusára a gyógytestnevelésben részesített tanulók száma, a

megyei művelődésügyi osztályok és a budapesti kerületi oktatási osztályok tanév végi összesítő és értékelő jelentése szerint: 11 762-re emelkedett. Ebből 5 390 volt a budapesti és 6 372 a vidéki tanuló.

A tanulók diagnózis szerinti megoszlása a következő volt:

Ortopéd eset Budapesten:	3624	(67%)
Ortopéd eset vidéken:	2747	(43%)
Összesen:	6371	(54%)
Belgyógyászati és egyéb eset Budapesten:	1766	(33%)
Belgyógyászati és egyéb eset vidéken:	3625	(57%)
Összesen:	5391	(46%)
Összesen:	11 762	

Sajnos, a 184/1963/M.K.24/MM. sz. utasítás a könnyített testnevelésre és a teljes felmentésre vonatkozó tanév végi adatok gyűjtését nem teszi lehetővé. Így a tanév végére kialakult állapotra legfeljebb csak következtetni lehet. Szerintem a tanév végére a könnyített testnevelésben részesített tanulók száma kb. 18—20 000, a teljesen felmentett tanulók száma pedig kb. 25—40 000 lehetett.

Az 1964/65. tanév folyamán Budapesten 32 főhivatású, vidéken pedig 29 főhivatású és 32 félig függetlenített gyógytestnevelő tanár látta el a gyógytestnevelési munkát. Vidéken a főhivatású és félig függetlenített gyógytestnevelő tanárok mellett még 47 normál testnevelést tanító, de gyógytestnevelésre is képesített tanár tanított heti 2—6 órában gyógytestnevelést. — A külön gyógytornatermek száma Budapesten 12, vidéken 8 volt.

Az 1964/65. tanévben végzett gyógytestnevelési munkáról dr. Páldi Gyuláné budapesti gyógytestnevelési felügyelő, tanév végi jelentésében — többek között — a következőket írta:

„A szakfelügyelői látogatások tapasztalatai alapján megállapítható, hogy Budapesten a gyógytestnevelés, a hátrányos dologi feltételeket figyelembe véve, eredményesen, korszerű módszerekkel folyik. A beutalt tanulók erőnléte, külső megjelenése, általános mozgáskészsége állapotukhoz mérten általában magas szintű. Nem keltik beteg gyermek benyomását...

Az órák általában változatos formában, kötetlen vezetéssel, jó hangulatban folynak. A megterhelés egyéni adagolásának módszere, a tanulók tudatos aktivitására épülve, a belgyógyászati csoportokban is kialakulóban van. A hullámzó terhelési görbe, a kötetlen vezetésű egyéni gyakorlatok az órák jó kihasználását eredményezik."

Általában a vidéki megyékben is színvonalas volt a gyógytestnevelési munka — annak ellenére, hogy a vidéki gyógytestnevelő tanárok legnagyobb részének még nincs meg belgyógyászati gyógytestnevelésből a képesítése, mert a rendszeres szakmai továbbképzésekkel, az Országos Pedagógiai Intézet szakmai kiadványainak tanulmányozásával és a lelkes sportorvosok szakmai segítségével, sok tanárnak sikerült a felkészülésbeli hiányosságokat pótolni. Ez persze nem jelenti azt, hogy a vidéki gyógytestnevelő tanároknak már nincs szüksége az MTS és a többi felettes hatóságok által már korábban tervbe vett, oklevélszerzésre lehetőséget adó, belgyógyászati gyógytestnevelési tanfolyamra.

Az 1964/65. tanévben már decentralizáltan, az OPI által kijelölt négy központban volt a gyógytestnevelő tanárok évi, több napos továbbképzése. Az új szervezésű továbbképzés a budapesti és a pécsi centrumokban sikerült a legjobban.

Budapesten a jelenlegi tanév első felében a gyógytestnevelés személyi és dologi vonatkozásaiban nem történt számszerű változás. Vidéken azonban a könnyített testnevelés széles körű bevezetését szorgalmazó intézkedések következtében, az 1965/66. tanév elejére már lényeges személyi változások történtek. A félig függetlenített gyógytestnevelő tanárok száma a múlt évi 32-ről 11-re, a heti 2—6 órában gyógytestnevelést tanító testnevelő tanárok száma pedig 47-ről 32-re csökkent. Egész megyékben állították be máról holnapra a részben függetlenített gyógytestnevelő ta-

nárokat a külön órában szervezett könnyített testnevelés tanítására. Pedig a könnyített testnevelésre utalt tanulókat a normál testnevelési óra keretében is lehet foglalkoztatni, a gyógytestnevelésre szoruló tanulókat viszont nem. Ha nincs lehetőség külön csoportban foglalkoztatni a gyógytestnevelésre szoruló tanulókat, kénytelenek a sportorvosok teljesen felmenteni.

1965 októberében megjelent a Gyógytestnevelési Tanterv és Utasítás. Ez a maga nemében úgyszólván az egész világon egyedülálló alkotás, mivel a gyógytestnevelés magyarországi szervezése is egyedülálló.

A gyógytestnevelés területén még fontosabb a tervezőmunka, mint a normáltestnevelés területén. Nem képzelhető el tudatos, célravezető munka alapos előkészület, gondos tanmenet és óravázlat-készítés nélkül.

Tanítás közben azonban nem ritkán adódnak előre nem látott helyzetek, váratlan események, melyek — akár egyes tanulókra, akár az egész csoportra nézve — megkövetelhetik az előre tervezett foglalkoztatás megváltoztatását. Ilyenkor mindig a tanár általános felkészültsége és rutinja kerül előtérbe. A gyógytestnevelő tanár számára ezért elengedhetetlenül szükséges az állandó továbbképzés.

A Gyógytestnevelési Tanterv, azzal, hogy a tanmenetek elkészítésének határidejét november hó 15-ére tolja ki, különös gondot fordít és elegendő időt biztosít a tanulók alapos megismerésére.

Ugyanakkor a Tanterv azt is előírja, hogy a gyógytestnevelés tanítását, a többi tantárgyak tanításával egy időben, szeptember első hetében meg kell kezdeni.

A 184/1963/M.K.24./MM. sz. utasítás 37. pontja szó szerint a következőket írja: A könnyített testnevelést és az iskolai gyógytestnevelést az iskola alapfeladatának kell tekinteni, bevezetéséről és további szélesítéséről — a tárgyi, személyi és dologi feltételektől függően — fokozatosan kell gondoskodni. A személyi és dologi költségeket az illetékes tanácsi szervek, illetve az iskolafenntartó főhatóságok és a felsőoktatási intézmények költségvetésében kell biztosítani."

— Az utasítás 37., valamint 38. pontjainak végrehajtása érdekében: „... hogy minden tanuló életkorának és egészségi állapotának megfelelő rendszeres testnevelésben részesüljön", a következőket javaslom: Az illetékes tanácsi szervek, illetve az iskolafenntartó főhatóságok és a felsőoktatási intézmények emeljék fel Budapesten a tanterem nagyságú külön gyógytornatermek számát, az 1970-es költségvetési év végéig, a jelenlegi 12-ről, a kerületek számának megfelelően 22-re; a főhivatású gyógytestnevelő tanárok számát pedig a jelenlegi 32-ről 44-re. Vidéken minden megyeszékhelyen és ötvenezernél nagyobb lélekszámú városban létesítsenek legalább egy külön gyógytornatermet és alkalmazzanak legalább egy vagy kettő főhivatású gyógytestnevelő tanárt; ahol ilyen nincs, státussal együtt igényeljenek a Művelődésügyi Minisztériumtól. A megyei jogú városok is minden kerületben létesítsenek egy külön gyógytornatermet és kerületenként alkalmazzanak egy vagy két főhivatású gyógytestnevelőt. — Tekintve, hogy *a járásokban nem lehet a gyógytestnevelést főhivatású gyógytestnevelőkre alapozni*, javasolom, hogy a kisebb városokban és községekben a gyógytestnevelési munkát, heti 2—12 órában azok a Testnevelési Főiskolát végzett testnevelő tanárok lássák el, akik 1954. óta kerültek ki a főiskoláról, és már tanultak belgyógyászati gyógytestnevelést, sőt közülük többen szakosodtak is gyógytestnevelésből.

Sok példa igazolta már, hogy a lelkes fiatal testnevelő tanárok, a hasonlóan lelkes járási sportorvosok segítségével — a nagyfokú más irányú elfoglaltság és teremhiány ellenére is — meg tudták oldani a saját, esetleg a közeli iskolák gyógytestnevelésre szoruló tanulóinak gyógytestnevelési foglalkoztatását. Ezen a téren jelenleg az a legfontosabb, hogy *az illetékes művelődésügyi és egészségügyi szervek ne a gyógytestnevelés rovására igyekezzenek megszervezni a könnyített testnevelést!*

Neveljük tanítványainkat a gyakorlatias önálló munkára

SZILÁGYI DEZSŐ

Keresni kell az újat. Nem topoghatunk egy helyben a régi hagyományos módszerekkel. Mindig jobb nevelési módszerek után kell kutatnunk, hogy a rendelkezésünkre álló rövid időnket jól és eredményesen tudjuk felhasználni.

Orosz Ottó szakfelügyelő cikke (A testnevelés tanítása c. folyóirat 1966. 1—2. szám. Néhány tapasztalat a tanulói aktivitással kapcsolatban) ösztönzött, hogy az aktivitás körét bővítve, a tanulói önállóságot — mint egyik lényeges tényezőt — boncolgassam.

Az alábbi témákkal szeretnék foglalkozni:

1. A nevelő irányító munkája a testnevelés tanításában.
2. A nevelő felelősségvállalása az önállóságra nevelésben.
3. Milyen értékű a tanítványok önállósága?
   a) az ismeretek megszerzésében,
   b) a tanult anyag alkalmazásában.
4. A nevelői munka eredményességének felmérése.

1. A nevelő irányító munkája a testnevelés tanításban

Sok függ a pedagógus irányító tevékenységétől. Amennyiben a nevelő parancsolgat, kemény, kritikát nem tűrő fellépéssel áll tanítványai előtt, nagyon nehezen jut el a tanulói önállósághoz mind a tanítási órán, mind a sportfoglalkozásokon (autokratikus módszer).

Az a pedagógus, aki közvetlen tanítványaival szemben, a munkát megszervezi, együtt dolgozik velük, jó úton halad (közvetlen-direkt módszer). Nagy lépést tett előre az önállóságra nevelés terén azzal, hogy közvetlen magatartása révén a testnevelést megszeretettve, szabad időben önállóságra készteti tanítványait.

A közvetett (indirekt) módszer az, ahol az új, jobban járható utat keressük. Ezen az úton kell elindulnunk, hogy a testnevelési órán és a szabad időben tanítványainkat a legnagyobb önállóságra neveljük. Ez a módszer kezdeti fokon sokkal nehezebb, nagyobb körültekintést igénylő, mint a közvetlen óravezetés.

Ha tanulóinkat sikerül minél nagyobb mértékben bevonni az óravezetésbe (részfeladatok adásával),

egyéni képességeiket figyelembe vesszük,

tudatosítjuk a tanított mozgásanyag élettani hatását,

érdeklődésüket felkeltjük, indító impulzusokat adunk,

vezetők képzését megszervezzük,

ismerjük előképzettségüket,

akkor a közvetett módszer igen célravezető lehet.

A közvetett módszer alkalmazása bizonyos fokú előképzettség nélkül nem képzelhető el. Föltétlen meg kell előzze a közvetlen módon végzett tanítás, ahol az önálló munkához ismereteket szereznek. (Pl. különböző szabad-, társas, kéziszergyakorlatok stb.) Addig a tanulók nem tudhatnak önállóan, pl. a távolugráshoz bemelegítő vagy rávezető gyakorlatokat végezni, amíg nem tudatosítottuk, hogy az ugróerőt szökdelésekkel, rugózásokkal, felugrásokkal, a gyorsaságot gyors, rövid futásokkal, a lazaságot különböző láblendítésekkel, hajlításokkal stb. érjük el. Ha közvetlen módszer segítségével a fentieket megtanítottuk tanítványainkkal, csak akkor várhatunk tőlük hasonló, eredményes, önálló tevékenységet.

Itt kell még megemlíteni a differenciált foglalkozási formát is, amely abban áll, hogy az ügyesebb tanítványokat külön csoportban (önállóan), a gyengébb képességűek pedig a tanár közvetlen irányításával dolgoznak, hogy lemaradásukat minél előbb behozhassák. Vigyázni kell a helyes csoportosításra, nehogy a gyengébb képességűeket elidegenítsük a testneveléstől. Sokat kell őket biztatni (főleg a lányokat), s fel kell hívni figyelmüket arra, hogy aki lassan tanul meg valamit, annak tartósabb lesz a tudása.

2. A nevelő felelősségvállalása az önállóságra nevelésben

Az eredményességet nagyban befolyásolja a tanár szerepe. A csoportos foglalkozások sokféle formájával találkozhatunk a testnevelési órán. A foglalkozások lényege azonban a feladatok kiadásában, elvégzésében mérhető le. Frontális osztálymunkánál, amikor a tanár irányít, és az egész osztály egy gyakorlatot gyakorol, az önállóságnak nem sok lehetőségét láthatjuk. Az önállóság kifejlesztése legjobban a csoportos foglalkozásokban alakítható ki. Itt jelentkezik a tanár felelősségvállalása. Úgy kell megszervezni az órákat, hogy a tanulók a feladat lényegét megértve, a cél érdekében önálló tevékenység maximumát nyújtsák. Szeretném ismertetni, hogy az önállóság milyen fokára jutott el az egyik olyan osztályom, melynek tanulói az általános iskolás éveiket kis iskolákban töltötték, s testnevelésből egész minimális felkészültséggel rendelkeztek (gimnázium I/b).

Év elejétől a közvetlen módszert alkalmaztam, s most arra a következtetésre jutottam, hogy az önállóság alacsonyabb foka már észrevehető náluk.

Az óra kezdetén röviden elmondom az óra feladatát. Utána csoportokra oszolva (kijelölöm a vezetőket) megkezdik a bemelegítést. Esetleg utalok arra, hogy pl. a magasugráshoz milyen izmokat, milyen gyakorlatokkal kell bemelegíteni.

A csapatok megkapják a feladatukat. Pl. 1-es csapat: magasugrás. A cél az elrugaszkodó láb viszonylag nyújtott átlendítése (lépő technika), 2-es csapat: kislabda hajítás párokban 1 keresztlépéssel. 3-as csapat és 4-es csapat: kézilabda-játék, cél: gyors indítás.

A tanulók a kijelölt helyeken gyakorolnak, s kb. 8 percenként az egyik felmentett jelzésére helyet cserélnek. Néha az előző órán kijelölöm a következő órán sorra kerülő gyakorlatvezetőket, hogy összegyűjthessenek néhány gyakorlatot az órára. A gyakorlás anyagát tudják előre. Az óra végén rövid értékelést tartunk az elvégzett munka eredményéről, illetve az elkövetett hibákról.

Soha ne maradjon el az értékelés. Óra közben is főleg dicsérve, tapintatosan kell a hibákat felvetni. Egy-egy durva, esetleg sértő megjegyzés örökre elkedvetlenítheti némelyik tanítványt. Célunk pedig más: megszerettetni a testnevelést, hogy az iskolából kikerülve is tovább igényelje a sportolással együttjáró örömélményt.

3. Milyen mértékű a tanítványok önállósága?

A tanulók önállóságának mértéke az ismeretek megszerzésében, az egyes gyakorlatok megtanulásában, a tananyag elsajátításában a testnevelési órán és az iskolán kívüli tevékenységben különféle lehet.

Igen fontos az önállóság lemérésében, hogy a tanítvány érdeklődése külső vagy belső indítékok befolyására kelt-e fel.

Külső ráhatások: a tanár felhívja a tanításra kerülő anyagra a figyelmet, bemutatja, bemutattatja, esetleg képen, filmen stb. illusztrálja.

Belső indítékok: kötelességérzet, tudatosság, a testnevelés iránti szeretet, érdeklődés, a tanár iránti rokonszenv stb.

Ha a tantervi anyag kapcsolatban áll valamilyen ismert sportággal (moziban, tvben látta), akkor a mozgás megtanulását szívesen, belső indítékoktól fűtve hajtja végre a tanítvány.

Sokat töprengtem azon, miként lehetne

megszerettetni tanítványaimmal a sportsajtó olvasását.

Tevékenységemet az aktív sportolókkal kezdtem. A tavaszi versenyekre vittem a táskámban 8—10 régebbi Sport és Tudomány folyóiratot. Olyan számokat kerestem ki, amelyekben az illető sportággal kapcsolatos fényképek, eredmények, edzésmódszerek bő tárházát találtam. A vonaton utazás közben, váróteremben utaltam egy-két cikkre. Örömmel vették kézbe, és mohón olvasni kezdték. Eleinte csak puszta kíváncsiságból, később, amikor versenyszámukkal kapcsolatos dolgokat olvastak, meg is próbálták az ott ismertetett edzésmódszereket, a különböző mozgások technikáját stb. Azóta már kénytelen voltam több évi folyóirataimat, szakkönyveimet kölcsönadni, annyira belelendültek az olvasásba.

Az ismeretek alkalmazásában fokozatosan eljutnak a tanítványok odáig, hogy az órán tanult mozgásanyagot minél több oldalról kiegészítsék olvasmányokkal, élményekkel. Így eljutnak az önálló értékeléshez. Megtanulják a mozgásanyag gazdaságos egybeszervezését, végrehajtását. Problémákat vetnek fel, önálló kérdéseik vannak. Ma már az iskolában tanult mozgásanyagot otthon is, házi készítésű szerekkel, eszközökkel gyakorolják.

Több ügyes tanulómról készítettem mozgófilmet (futás, dobás, ugrás, súlylökés közben) ennek következményeként az új mozgás tanítása során sokkal nagyobb az érdeklődés felkeltése, mivel jól ismert, közülük levő tanulót láttak pl. ugrani, dobni stb. Hurokfilmek vetítésével jól megfigyelhették a tanult mozgás lényeges mozzanatait is. Ki lehetett térni külön-külön pl. a láblendítésre, testtartásra, és ezt többször egymás után meg lehetett figyelni.

4. A nevelői munka eredményességének felmérése

Az önállóságot fokozó munkaformák bevezetésével, az indirekt módszer alkalmazásával a tanulókat meg is kell tanítanunk az önállóságra, az értelmes gondolkodásra és a célszerű munkára. Ezért az azonnali eredményvárás nem reális, az esetleges kudarcok pedig nem jelenthetik azok elvetését. A tanulói aktivitásnak magasabb fokán, amikor az önállóság jelei mutatkoznak, örömmel győződhetünk meg erőfeszítéseink eredményéről.

Hogyan mérhetjük fel az önállóság eredményességét?

Megfigyelhetjük, hogy képesek-e tanítványaink az elmondottak, bemutatottak alapján a mozgásanyag lényegének kiemelésére. Pl. magasugrásnál a vízszintesen megszerzett lendületet nem előre, mint a távolugrásnál, hanem függőlegesen fölfelé kell irányítani.

Milyen mértékűek logikai következtetéseik? Pl. kézilabdázás előtt a bemelegítést súlyosabb labdával (hajszalabda) végzik, utána kisebb labdával könnyebben, erősebbeket tudnak kapura dobni.

A tanult anyag összefüggéseinek önálló felismerése. Pl. a tanuló önmagától is rájön arra a következtetésre, hogy amikor bemelegítést végez, sokkal könnyebben, jobban tudja a megadott mozgást eredményesebben elvégezni. Van-e tanítványainknál problémafelvetés?

Ha találunk akár az órán, akár utána problémafelvetést, akkor — ha az anyaggal kapcsolatos — azt következtethetjük, hogy tanítványaink önállóan gondolkodtak a tanítási anyagon. Munkánk eredménye akkor is megmutatkozik, ha a tanulók az órán tanult mozgásanyagot kiegészítik saját olvasmányaikkal, a televízióban látottakkal, valamint más forrásanyag felkutatásával. Ezekről az élményekről be is számolnak, a látottakat meg is próbálják utánozni.

Megszeretik-e a testnevelést? Ez főleg abban mérhető le, hogy végez-e a tanítvány tanítási időn kívül is sporttevékenységet. Szívesen, ösztönzés nélkül jár-e valamely sportág edzéseire.

Befejezésül meg kell említeni, hogy nem maradhat el a tanulók önálló munkásságának értékelése sem. Az eredmények elismerése, dicsérete általában pozitív hatású a tanulók további teljesítményeire.

Néhány irányzat a testnevelésben és a sportban

NÁDORI LÁSZLÓ

John Bernal egy nemrég megjelent cikkében azt írja, hogy két alapvető változás tapasztalható az emberiség tevékenységstruktúrájában. Az egyik, amikor a tevékenység áttevődik az anyagi termelési síkról a közlekedés, szállítás, a szociális élet vezetésének, a kultúra terjesztésének, az oktatásnak a területére. A másik változás jellemzője a hivatásbeli munka új szerveződése, amelynek fő vonása az, hogy megnő a munkaidőn kívüli szabadidő-tevékenység lehetősége.

Ezek a megállapítások a jövő generációjának nevelésére messzemenő konzekvenciákkal járnak, különösen a testnevelés vonatkozásában. Felmerül az említettekkel kapcsolatban ez emberi teljesítőképesség problematikája. A fizikum ugyanis évezredes terhelés- és tevékenységkeretben alakult. Ebben a folyamatban az eddigi munka- és életkörülmények alapvető keretül szolgáltak.

Az életszokások, az életfeltételek alapvető változás alatt vannak. Ennek megállapításához egyetlen emberöltő tapasztalata is elegendő. Elsősorban az automatizálás felé való törekvés okoz mélyreható változást az emberiség tevékenységstruktúrájában. A szabad idő emiatt hirtelen megnőtt. A korszerű termelés pedig évtizedes képzést követel a középkáderektől a tudományos területen dolgozókig. Emellett nem lehet figyelmen kívül hagyni a rendszeres továbbképzést sem. Mindez a fizikai terhelések jelentős csökkenését vonja maga után.

Felmerül a kérdés, eltűnhetnek-e vagy jelentős mértékben csökkenhetnek-e az ember életében a fizikai erőfeszítések. Határozott nemmel kell válaszolnunk, mert a fizikai erőfeszítések kiiktatása, figyelmen kívül hagyása ellentmond a biológiai és a társadalmi fejlődés törvényeinek. Az emberi fejlődés számára távlat, egyúttal követelmény az, hogy a szellem gazdagsága morális tisztasággal és testi tökéletességgel párosuljon. Ez pedig a jelenlegi adott új helyzetben a testnevelés elé új, a társadalmi fejlődéssel mindenképpen összhangban álló feladatokat állít. F. Trogsch érdekes demográfiai tendenciákat közöl a „Theorie und Praxis der Körperkultur" 1965. VII. számában. Elemzi több szerző, többek között Rühle (Brot für sechs Milliarden) munkáját, amelyben általános elöregedési irányzat jelentkezik. Eszerint az emberiség életkora százalékosan az alábbi módon alakul:

Év	0—15 év	15—60 év	60 éves kor felett
1955	33,4	58,6	8,0
1960	29,9	61,4	8,7
1980	20,9	66,8	12,3
2000	16,9	63,7	19,4

(A statisztikai elemzést japán demográfusok végezték el.)

A fenti táblázatból világosan kitűnik az elöregedési tendencia. A 60 év felettiek ugyanis egyre nagyobb százalékkal szerepelnek a népesség eloszlásában. Rendkívül figyelemreméltóak ugyanakkor Reindell kutatásai, amelyek arra mutatnak, hogy a megnövekedett átlag életkorral párhuzamosan rendkívüli mértékben szaporodnak a korral járó megbetegedések. Reindell főleg a szívinfarktusok, a keringési megbetegedések számának a növekedésére hívja fel a figyelmet, ami azért érdekes, mert ezek különlegesen előkelő helyet foglalnak el a korral járó megbetegedések között. Kimutatja, hogy a szívinfarktusok eloszlásában vezető szerepet azok játszanak, akik legkevesebbet

törődnek a fizikai erőfeszítésekkel. Nem érdektelen Reindell eseteinek statisztikai eloszlása:

igazgatók, vezető káderek, orvosok	45%
alkalmazottak	18%
háziasszonyok	15%
nyugdíjasok	11%
mezőgazdasági dolgozók	4%
dolgozó asszonyok	2%

Amerikai kutatók a koreai háborúban elesett katonák 77%-ának érrendszerében találtak arteriosclerotikus nyomokat. Az érrendszernek ilyen korai megbetegedése korai hypertoniával jár, mindenképpen csökkent teljesítőképességet okozva. Az elégtelenül igénybe vett szív pedig hamar ellustul. Reindell rámutat arra, hogy az élsportolóknál tapasztalt bradycardia a széles néprétegek számára is elérhető, ha vállalkoznak megfelelő fizikai terhelésre. A kellő fizikai terhelés elengedhetetlen feltétele a fejlődésnek. Archavszkij szovjet antropológus szerint a filogenetikai fejlődésben akkor nyílt lehetőség magasabb életkorra, amikor az ember intenzív izommunkára vállalkozott. Ez a vállalkozás vagotoniát, keringési ökonómiát eredményezett.

Az emberi fejlődésben mindenképpen biológiai szükségszerűség tehát a munka, illetve az életforma-könnyítések testneveléssel való kompenzálása. Igaz, hogy a szociális körülmények, főképp a táplálkozás megjavulása, a klimatikus viszonyokhoz való eredményes alkalmazkodás következtében meghosszabbodik az életkor. Ez azonban csak akkor jelent az egyén számára előnyt, ha a teljesítőképesség ugyanakkor nem stagnál. Ellenkező esetben szembekerülünk az egyéni és a társadalmi várakozással, igénnyel. Az alkotóerő, az emberi egészség nem nő ki a puszta vegetáció talaján. Egy hosszú életen át tartó vegetáció, korai megbetegedéssel induló hosszú élet nem nyújt egyéni boldogságot, mert nem jár együtt egészséggel, tevékeny élettel. 1961-ben Kennedy elnök megrázóan ecsetelte az amerikai ifjúság elerőtlenedését, Amerika jövő generációjának fizikai hanyatlását. Jelentős, kormányszintű intézkedések történtek ennek a folyamatnak a megállítása érdekében. Más országokban is igen komoly figyelmeztető jelnek tartják az antropológiai vizsgálatok kedvezőtlen eredményeit, amelyek különösen akkor értékelhetők, ha együtt járnak funkcionális vizsgálatokkal. Mindezek a jelenségek előtérbe állítják az iskolai testnevelésnek, a szabad idő testneveléssel, sporttal való eltöltésének megnövekedett jelentőségét. Az iskolai testnevelésben több országban törekvésként jelentkezik az, hogy a fiatalokat valamely sportágban alapvető ismeretek elsajátítására és az abba való aktív bekapcsolódásra készítsék elő. Az NDK-ban jelenleg országos vita folyik az iskolai testnevelési program jövő alakulása felett. Sokak véleménye szerint az iskolai testnevelésben döntő szerepet kell játszania a sportági felkészülésnek, párosulva sokoldalú fizikai alapképzéssel. Ilyen módon — mint mondják — konkrét tudással, meghatározott konkrét igénnyel lépnek majd ki az iskola falai közül. Természetesen utalnak arra, hogy nem holmi egyoldalúságra való törekvést jelent ez az irányzat. A program megvalósítását megelőzően alaposan akarják tanulmányozni az objektív (létesítmény, felszerelés) és a szubjektív (tanár beállítottsága, tanulók érdeklődése) feltételeket. Azt mondják, hogy a sematikus, kellően nem motivált képzésben a tanuló kívülállónak érzi magát. A helyi feltételeknek, tradícióknak megfelelően egyik-másik sportágnak előnyt kell adni, mert az ad lökést az intenzívebb iskolán kívüli sporthoz. A tevékenység folyamán érlelődik ugyanis az érdeklődés. Állításukat azzal igyekeznek alátámasztani, hogy a jelenlegi vizsgálatok érdekes paradoxonra mutatnak. Egyrészről oktatják a tantervben szereplő sportágakat, ugyanakkor nem alakul ki kellően ezekben a sportágakban az iskolán kívüli sporttevékenység. 140 osztályt vizsgáltak felül, amelyben mindenütt több időt fordítottak szertornára, mint ahogy azt a tantervi követelmény előírta. Ennek ellenére az iskolán

kívüli foglalkozásokon alig volt érdeklődés a szertorna iránt. (Ez az összefüggés azért nem fogadható el teljes mértékben, mert nem a szertorna alapképzése, a szertornasport alapelemeinek szisztematikus tanítása szerepelt a testnevelési órákon, hanem inkább a tantervben szereplő követelmények megtanítására törekedtek a tanárok, lényegében a testnevelési osztályzat sikeres teljesítésére fordították figyelmüket, erre készítették fel a tanulókat.) Puni szovjet pszichológus 20 sportágban vizsgálta azt, hogy az egyes sportágak milyen szerepet játszanak a személyiség sokoldalú alakításában. Végső konklúziója az volt, hogy a sportjátékokban való sokoldalú, tehát atletikus, gimnasztikus képzéssel lehet leginkább megközelíteni az iskolai testnevelés célkitűzéseit.

Ismételjük, tendenciákról van szó. Egyetlen irányzat képviselői sem követelik az iskolai testnevelés uniformizálását, nem teszik első helyre a sportbeli teljesítményemelést. Sokan inkább arra utalnak, hogy a jó, speciális adottságúak, továbbá kialakult érdeklődési körrel rendelkezők igényeit a lehetőségek határain belül figyelembe kell venni, ki kell elégíteni. Egyes sportágak előtérbe helyezése a tömegek, azok felkészítése érdekében történik. Ezekre senki sem támaszkodik, ők kiesnek — még az iskolai testnevelésben is — a reflektorfényből. Nem közömbös, hogy az osztály valamilyen sportág felé orientálódó egyedei mögötti, az esetek többségében 60—80% bekapcsolódik-e valamilyen sportágba, elér-e ebben a sportágban olyan színvonalat, amely testnevelés iránti igényt, alapvető felkészültséget is jelent egyúttal. Nem közömbös az, hogy az iskolát elhagyó ifjak tömegei nemcsak az iskolának, hanem a fizikai erőfeszítéseknek, sportnak is örökre hátat fordítanak.

Érdekes irányzatok mutatkoznak a mozgástanításban. Az elmúlt 20 év idegélettani kutatásai számunkra legjelentősebb felfedezése a kinesztetikus reafferentáció volt. Ennek a mechanizmusnak felfedezése új megvilágításba helyezi a mozgástanulást, lényegesen nagyobb teret, szerepet adva az önkorrekciónak, a gyakorlásnak. Bernstein szovjet fiziológus egyik akadémiai előadásában azt mondotta: „A ma már megállapított egyetemes érvényű tény, hogy az élő szervezetben az összes célszerű történések szabályozása és kontrollja a visszacsatolás elve szerint megy végbe, parancsolóan írja elő számunkra, hogy a periférián nyitott reflexív fogalmát a reflexgyűrű fogalmával cseréljük fel, amelyben az elsődleges szignalizáció mellett a kontroll és korrekciós jellegű afferens szignalizáció szakadatlanul áramlik. A rendelkezésünkre álló összes tényeket figyelembe véve, azt kell mondanunk, hogy még az élő szervezet reflexes reakcióinak legelemibb vállfajai esetében is a fenti típusú zárt, gyűrűszerű folyamattal van dolgunk, s ez itt csak e reakció rövid és elemi jellege miatt kerülte el a figyelmet. Ily módon a reflexív fogalmát az idegfolyamat alaptípusának tényleges képéhez viszonyítva úgy kell tekinteni, mint első megközelítést, amelynek a maga idejében igen jelentős haladó szerepe volt, ezt a szerepét azonban már eljátszotta." (Filozófiai problémák a magasabb rendű idegműködés fiziológiájában és a pszichológiában. Akadémiai Kiadó, Bp. 1965.)

Eszerint a mozgástanítás nem igazodhat szigorúan sémákhoz, mert így az egyéni gyakorlás során fellépő, a gyakorlás hatására folytonosan változó diszpozíciók nem jutnak kellően érvényre. Az egyéni pszichoszomatikus sajátságok akkor tudnak jelentőségükhöz mért szerepet játszani a mozgás, a sporttechnika kedvező alakulásában, ha kellő gyakorlási, önkorrekciós lehetőséget adunk a tanítványnak. Milyen követelményeket tartsunk szem előtt ezen a téren?

Az első az, hogy a tanulónak rendelkeznie kell kielégítő izomerővel. Ez azt jelenti, hogy a mozgásvégrehajtásban a rendelkezésre álló izomerőnek 30—40%-át szabad csak mozgósítani. Ha többre van szükség, akkor a feltételek kedvezőtlenek. Azért nem lehet pl. a vívást korán tanítani, legalábbis 9—10 éves korban nem, mert a tőr súlya az

adott mozgásstruktúrában ilyen korú gyermekeknél akadályozó tényezőt jelent még.

A technikáról, a tanulandó anyagról való világos felismerést írja elő a második követelmény. A tanulónak tudnia kell, mit miért csinál. Ha a puszta utánzás szintjén maradunk, akkor az említett önkorrekciós mechanizmus nem érvényesül a kívánt mértékben.

A mozgástanulásnak harmadik alapvető követelménye az, hogy a tanuló rendelkezzen kellő kinesztetikus érzékeléssel, legyen megfelelő színvonalú az ügyessége. Ez az ügyesség főként a törzs és a végtagok pontos, ellenőrzött együttmozgásában nyilvánul meg.

Az oktató működésével szemben is vannak alapvető követelmények, amelyből kettőt emelnénk ki. Egyrészt ismerje tanítványa anatómiai struktúrájának lehetőségeit, valamint korlátait; másrészt ismerje a végrehajtandó mozgás korrekt technikáját. Az említett két alapelv érvényesüléséhez szükséges, hogy az oktató a tanítvány intellektusához mérten tanítsa a mechanikai alapelveket, a legfontosabbakat, amelyek az illető mozgásra utalnak. Meglepő tapasztalatokra tettek szert ezen a téren, amely szerint 10—12 éves korban általában nincsenek intellektuális problémák egészen bonyolult mozgások elsajátításában sem.

Anélkül, hogy a mechanikai szemlélet ellen lennénk, megemlítjük, hogy sokan utalnak arra, hogy a sportmozgásokat nagyon sokszor helytelenül írják le. Főként azok, akik egyoldalúan és szinte kizárólag mechanikai oldalról vizsgálják a mozgásfolyamatokat. Ezek az elemzések nem egy esetben hypotetikusan, megfelelő színvonalú objektív mérések, ellenőrzések nélkül történnek. Így azután az elméleti számítások a kiinduló és a véghelyzet, a kifejtett erő és a bekövetkező teljesítmény, általában ok és okozat között nem tükrözik a valós helyzetet. A mozgásban a mechanikai elvek jelentősége közismert, azok felhasználása a mozgásoktatás sikere érdekében nagy jelentőségű. Nem lehet azonban figyelmen kívül hagyni a mozgást kivitelező organizmus egyéb hatótényezőit, amelyek a mechanikailag várt mozgási amplitúdót, szögsebességet, mozgáspályát végeredményben befolyásolják, a teljesítményt illetően nem is mindig kedvezőtlenül. Éppen ezért a mechanikai analízis óvatos legyen, különösen a következtetések terén. (Egy amerikai teniszszakkönyvben szerepel pl. olyan állítás, hogy bárhogyan is találja el az ütő a labdát, a labda az ütő felületére merőlegesen fogja az ütőt elhagyni. Ugyanakkor más mechanikailag ellenőrzött mérések szerint a 45 fokos szögben érkező labda kb. 20 fokos szögben hagyja el az ütő felületét.)

Tavaly Londonban Clarke-ot megkérdezte egy újságíró-edző, mennyi ideig gyakorolta, hogyan tanulta meg intenzív karmozgását. Ezt, mivel nagyon helyesnek tartja, szeretné tanítványaival is elsajátíttatni. Ezért tanácsot kér a neves futótól a karmozgás tanítására vonatkozóan. Clarke nevetve azt válaszolta, hogy elképzelése sincs arról, miként alakult ki karmozgása. Nem tudná megmondani, hogy az miért jó, éppen ezért nem javasolja, hogy ezt utánozzák. A budapesti Universiadén Penelnek megmutatták egyik ugrásáról készült kinogrammot, valamint a hozzá tartozó mechanikai elemzést. Tőle is érdeklődtek technikájának alakulása felől. Penel határozatlan választ adott, illetve válaszának lényege az volt, hogy az edzője és általa helyesnek tartott sémából indult ki, a többi, jelenlegi technikája azonban magától alakult. Larisza Latinyina az egyik interjúban elmondta, hogy bekötött szemmel ezerszer is ismételt nehezebb elemeket, hogy azokat tökéletesen, biztosan magáénak tudja. Így lett mozgása hallatlanul könnyed, kecses, folyamatos, gazdaságos. Így lehet 30 éves korban, sőt afelett is élvonalban maradni. A gyakorlásnak és korrekciónak említett jelentősége tehát kézenfekvő, ami egyáltalán nem jelenti azt, hogy az edzőnek, oktatónak ebben a folyamatban valamiféle alárendelt szerepe lenne. Éppen abban jelentkezik az oktató művészete, hogy a helyesnek, mechanikailag megalapozottnak ismert mozgássémán belül engedi érvényesülni az

egyéni adottságokat, legyenek azok az anatómia vagy a temperamentum kategóriáiban.

Végül a fent említettek alátámasztására megemlíteném azt is, hogy a nagy sportolóegyéniségek alakulásában döntő szerepe van az oktatás és gyakoroltatás helyes összhangjának. A helsinki olimpia után Ferrerio da Silva mellett L. Scserbakov szovjet hármasugró volt az első, aki sorozatosan ugrott 16 méter felett. Szemben az akkori irányzattal, ugrásait úgy építette fel, hogy azok fizikai adottságainak megfeleljenek. Tudta azt, hogy sprintgyorsasága nem elegendő a nagy teljesítmények elérésére, ezért megváltoztatta az akkori hármasugró technikát olyanformán, hogy növelte ugrásainak erőteljességét, technikailag helyes végrehajtását. Ugrásait a magas ív, késői lábcsere, a comb magasra emelése és aktív talajra érkezés jellemezte. Ennek érdekében — elsőnek az ugrók között — intenzív erőfejlesztésbe fogott. A másik nagy hármasugró egyéniség, Jozef Schmidt arra törekedett — részben Scserbakovval szemben —, hogy a sprintgyorsaságból semmit ne adjon le, ugyanakkor igyekezett a nagy gyorsaságból kedvezően elrugaszkodni. Ugrásait ezért a lapos technika jellemzi. Nem kétséges, hogy a kettő — a gyorsaság és az ugróerő — összekapcsolása, tehát a nagy ívű gyors ugrás lesz a jövő 18 méteres ugróinak technikája. De sorolhatnánk tovább a nagy egyéniségeket, Clarke-ot, Frasert és a többit. Valamennyi teljesítményében nélkülözhetetlen szerepet játszott egyéniségük maradéktalan érvényesülése, a tanár és tanítvány, az edző és versenyző alkotó együttműködése.

A testnevelés és a koedukáció

RAFFEL ZOLTÁN

A Testnevelés Tanítása előző számában Sós István országos szakfelügyelő „A koedukált osztályok testnevelése" c. cikkében a nemek szerinti szétválasztás szükségességével foglalkozott. A szétválasztás az említett okok (életkori sajátosságok, szervezeti eltérések stb.) alapján valóban indokolt, s az iskolákban — általános iskola 7—8., középiskola valamennyi osztályában — meg is valósult.

A koedukált oktatás az idei tanévben az általános és középiskola összes osztályaiban bevezetésre került. A koedukáció bevezetését a testnevelő tanárok az ismert indokok (létesítmény — hiány — ebből fakadó színvonalcsökkenés) miatt nem fogadták nagy lelkesedéssel. Vizsgáljuk meg 4 tanév tapasztalatai alapján, hogy a koedukáció a testnevelés oktatása területén milyen problémákat hozott elő, s ezeken a problémákon milyen módon lehetne változtatni.

Köztudott, hogy iskoláink legnagyobb része az egynemű oktatás céljaira készült. Ez testnevelés vonatkozásában a dologi és tárgyi feltételeket tekintve egy tornatermet, öltözőt és zuhanyozót jelent. A régi típusú — felszabadulás előtt épített — iskolákban a tornaterem és hozzákapcsolt részek mérete igen különböző s a testneveléssel szemben támasztott követelményeknek és igényeknek megfelelt. A felszabadulás után épített tornatermek építésében

is az egynemű oktatást vették alapul, bár egy részét már nagyméretűre építették.

Hasonló a helyzet az iskolaudvaroknál is. Régebbi típusú iskolákban a testnevelés és sport igényeivel nem számoltak, ezek legnagyobb része nem is építhető át sportudvarokra. Főleg csak az órák közti szünetek felhasználására készültek.

Az elmúlt 20 évben épített iskolák udvarait testnevelési és sportcélokra alkalmassá tették ugyan, de nem gondolhattak a koedukáció kapcsán adódó többletfeladatokra.

Nézzük meg, hogy a koedukáció bevezetése mit jelentett létesítmények (tornaterem, sportudvar stb.) felhasználása és ezzel összefüggően a tantervi anyag elvégzése szempontjából.

Iskoláinkban a koedukáció bevezetése a testnevelési órák elhelyezésében, illetve megtartásában jelent nagy problémát. A délelőtti tanítást alapul véve a tornaterem befogadó képessége óraszámban napi 6, heti 36 óra. Ezt az óraszámot „0." és 7. óra („0." óra reggel 7—8-ig) beállításával ugyan növelni lehet napi 2 órával, összesen tehát heti 48 órára. Ez a megoldás azonban nem általánosítható, egyrészt a kora reggeli időpont nem mindig szerencsés, s a 7. órák pedig az iskola egyéb munkáját zavarják (szakkörök, KISZ-foglalkozás, énekkar stb.).

Általános iskolákban a testnevelési órák órarendi beállítása jelenleg nem jelent problémát, hisz a nemek szerinti szétválasztás csak a 7—8. osztályokat érinti.

Más a helyzet azonban a középiskolákban. Középiskoláink legnagyobb része 12—16 osztályos, de Budapesten elég szép számmal található 20—30 osztályos is. Ezek a koedukált osztálylétszámok a heti 36 órás terhelést bíró tornatermek esetében 48—64 órát jelentenek. (Az óraszámok 1 tornateremre vonatkoznak.) Természetesen ez az óraszám legalább 2 tornateremigényt jelent, hiszen általában azonos időben kell a leány- és fiúcsoportok óráit ellátni. Más megoldás, más tantárggyal való váltakozás nehezen oldható meg.

Az óraszám csökkenéséhez vezetett az MM által a tanév elején kiadott rendelkezés, amely a koedukált osztályok leány- és fiúcsoportjainak összevonását írta elő. Ez az óracsökkenés azonban még inkább nehezítette a helyzetet, mert az összevonás következtében az egy órán foglalkoztatott tanulók létszáma igen magas lett. (Egyes helyeken 80—100 tanuló.)

A nehézségeken az iskolák saját maguk próbáltak segíteni. E megoldások ma már általánossá váltak Budapesten.

Általában ugyanazon órában kell a leány és fiú órákat megtartani. Egy tornaterem, öltöző, zuhanyozó, egy udvar áll rendelkezésre. A jelenlegi feltételek mellett a tantervi célkitűzéseket meg kell oldani. Nézzük meg, milyen megoldásokat lehet találni, s ezek hogyan hatnak ki a tantervi anyag oktatására, a tanulók tudására.

a) Nagyméretű tornateremmel és udvarral rendelkező iskolák a leány- és fiúcsoportok óráit közösen tartják, a tornaterem és az udvar megosztásával. Az öltözködést az egyik rész az öltözőben (általában leányok), a másik rész (fiúk) az osztályteremben oldja meg. Néhány nagyobb méretű öltözővel rendelkező iskolában a tízperc felhasználásával, az egyik csoportnál az óra esetleges megrövidítésével ugyanazon öltözőt használják fel. Néhány helyen a fennálló nehézségek miatt a heti 2 órát összevontan tartják meg az idő jobb kihasználása érdekében.

A tantervi anyag az időszakoknak megfelelően kerül oktatásra. A téli időszakban a torna, a tavaszi és őszi időszakban az atlétikai anyag dominál. A sportszerű játékok anyagából a technikai elemek is bekapcsolhatók, azonban a taktikai elemek — a játék — megtanítása a tanterv által előírt szinten igen nehéznek látszik.

Az órák tervezésénél és megszervezésénél gondos, körültekintő, összehangolt munkát kell végezni.

Az órák bevezető, előkészítő részét esetenként közösen tartják, a fő rész anyagát már külön tanítják. A munkát nagymér-

tékben meghatározzák a terem nagysága, a rendelkezésre álló szabadtéri létesítmények, a szerek száma, azok elhelyezési lehetősége. Alapos és jól megszervezett óra esetén sem beszélhetünk azonban teljes értékű oktatói tevékenységről, mert rengeteg zavaró momentummal kell számolni. Ilyenek: a csapatfoglalkozási forma leszűkülése, két tanár állandó tevékenysége (magyarázat, bemutatás stb.), a magas létszám miatti fokozottabb munkazaj stb. És ezeket mind megnehezíti a fiúk és leányok tantervi anyagának különbözősége, a mozgási lehetőségek leszűkítése, a sok mozgással járó, nagyobb területet igénylő anyagrészek csökkentése s nem egyszer elhagyása.

Ezeknek eredményeként nem tudnak a tanárok a tantervi anyagban, annak megtanításában elmélyedni, a nagy területet igénylő anyaggal (sportszerű játékokkal — kosár-, kézi-, röplabda) megfelelően foglalkozni.

b) A kisméretű teremmel és udvarral rendelkező iskolákban a fenti megoldás nem alkalmazható. Ezekben az iskolákban a testnevelési órákat heti 1 óra állandó váltogatásával oldják meg. A fiú-, illetve leánycsoportok a heti 2 óra közül előre meghatározott rendben 1 órát tartanak a teremben, illetve udvaron, a másik órát tanterven kívüli anyaggal töltik el (asztalitenisz, súlyemelés stb.) osztályteremben vagy folyosón. E megoldással a rendelkezésre álló óraszám 50—60%-át tudják csak a tantervi anyagra fordítani.

A fentiekben vázoltak világosan megmutatják, hogy középiskoláinkban az előírt tantervi anyag teljes elvégzésére nincsenek meg a szükséges alapfeltételek. Ezt igazolják azok a tapasztalatok, amelyeket a szakfelügyeleti munka során az eredményfelmérő órák adtak. Ezek az eredményfelmérő órák (gimnázium III—IV. osztályokban) 3—4 tanév munkáját vizsgálták meg, s végső következtetéseiben az egyéni sportágakban (torna, atlétika) a készségek nem elégséges szintjét, a csapatsportokban (kosár-, kézi-, röplabda) a megtanult technikai követelmények alkalmazásának elmaradását rögzítheti.

Tekintettel arra, hogy az alapfeltételek tekintetében (tornatermek, sportudvarok, létesítmények nagymérvű javulásával nem számolhatunk, ami pedig alapvető feltétele a tantervi munka színvonalemelésének), meg kell találnunk azokat a módokat, eljárásokat, amelyek a jelenlegi körülmények mellett realizálhatók.

1. Az iskolavezetésnek s testnevelő tanárainknak az iskolán belül fel kell használni minden rendelkezésre álló erőt (anyagi források) a lehetőségek jobb kiaknázására. Ezek: nagyobb osztálytermek, dísztermek, megfelelő nagyságú folyosórészek részbeni alkalmassá tétele, az iskola közelében levő szabad terek felhasználása, a sportudvarok maximális igénybevétele, illetve azok megfelelő átalakítása.

2. A tanmenetek készítésekor jobban figyelembe kell venni a koedukáció okozta nehézségeket (óraütközéseket stb.). Ez természetszerűen azzal jár, hogy a tanterv előírt anyagától el kell térni:

a) egyes anyagrészek csökkentésével (az anyagot a megtartható óraszámhoz kell igazítani),

b) a tanterv anyagától eltérő mindazon mozgásanyagot fel kell használni, amelyek a tanulók mozgásigényének kielégítéséhez hozzájárulnak (asztalitenisz, súlyemelés stb.).

Véleményem szerint azon álláspontot kell elfogadni, hogy a csökkentett tantervi anyag megfelelő elsajátítása, készségszintjéig való eljutása eredményesebb, mint a teljes tantervi anyagon való átfutás, azoknak felszínes megtanítása.

3. Minden módszert és eljárást alkalmazni kell, amely a tanulók mozgását biztosítja.

Összegezve: a koedukáció problémája a testnevelésben olyan széles körű, hogy igen sokat lehetne és kellene is vele foglalkozni. Nem kívántam minden kérdést megemlíteni, csak néhány olyan alapvető problémát, amelyről nem árt beszélni, írni, vitázni.

Önértékelés, igényszint-realitás a testnevelésben

KOVÁCS ILDIKÓ

A kísérlet célja: középiskolai tanulók önértékelésének, illetve igényszintjének, valamint ezek realitásának vizsgálata.

Hipotézis: az életkori sajátosságok változásával, alakulásával, a különböző testi képességek differenciálódásával párhuzamosan nő a képességek megítélésének realitása is.

Pedagógiai célkitűzés:

Az igényszint meghatározása szempontjából igen fontos az önértékelés, hiszen a tanuló igényszintjét elsősorban képességeinek reális felmérése teszi lehetővé. Ezen túlmenően pedig a személyiség fejlődésének „motorja" a jelenlegi teljesítményszint túlszárnyalására való törekvés, elégedetlenség az eddig elért eredménnyel.

Ez a kísérlet ezt az elégedetlenséget próbálja megközelíteni. Amennyiben az egyéni teljesítmény egybeesik az igényszinttel, úgy az igénytelenséget jelent, túlszárnyalásra való törekvés hiányát eredményezi. Ha viszont az elért eredmény elégedetlenséggel tölti el a tanulót, akkor a képességek alakíthatóságának törvénye alapján remény van az adott szint túlszárnyalására.

Célkitűzés a testnevelésben:

Az iskolai testnevelésben és általában a többi tantárgyakban is sajnos elég sok tanulónál ösztönző tényezőként csak az osztályozás szerepel, melyben a tanár, „külső tényező" játszik szerepet.

Keresni kell tehát azokat a tanulóban rejlő tényezőket, melyek hozzásegítik őt önmaga helyes megítéléséhez, valamint saját magával szemben felállított igényszint reális megállapításához.

Kísérlet

A Pszichológiai Tanulmányok II. kötetében dr. Radnai Béla „Önértékelés — mások értékelése" című cikkének záró sorai ébresztettek bennem olyan gondolatot, hogy kísérletet végezzek tanítványaimmal. Megvizsgáljam önértékelésüket, kiegészítve igényszintjük felmérésével és annak realitásával.

Radnai, mint azt cikkében írja, azért vizsgált I. és II. osztályosokat, hogy az életkori sajátosságokkal párhuzamosan fejlődő önértékelését, mások értékelését, a különbségeket érzékeltethesse. Meg is állapította, hogy az elsősök „gyámoltalanok" voltak, magukat többen utolsó helyre sorolták. Ez természetesen elméleti tantárgynál más, mint a testnevelésben. Feltevésem, hogy első osztályban nem ismerik még annyira maguk és egymás szellemi képességeit (számtantudását), mint testi képességeiket. Talán azért, mert a mozgás könnyebben érzékelhető, megfigyelhető.

Radnainál az összehasonlítási alapot a szaktanár osztályzata adta, melyet a táblán egy általános görbével ábrázolt. Testnevelésben nem kell feltétlenül az osztályzathoz ragaszkodni, mert objektíve mérhető gyakorlatokból össze lehet állítani a próbázás anyagát.

Kísérletemben nemcsak azért tértem el az osztályozástól, mert az bizonyos fokig szubjektív tényezőket tartalmaz, hanem azért is, hogy ne a „jegyért" végezzék a gyakorlatot, hanem belső rugó ösztönzésére cselekedjenek.

A négy alapvető testi képességnek megfelelően 10 gyakorlatot kellett elvégezniük, melyekre pontokat kaptak.

Erőgyakorlatok:

1. mellső fekvőtámaszban karhajlítások (például 5× 5 pont)
2. hanyattfekvésben lábemelés 23× 23 pont

3. bordásfalon hátsó függésben lábemelés vízszintesig 7× 7 pont
4. gyűrűn húzódás hajlítottkarú függésbe 3× 3 pont

Ügyességi gyakorlatok:

5. kosárradobás 5 m-ről (10 kísérlet) 3× 3 pont
6. célbadobás kislabdával 10 méterről, (6 kísérlet) 13× 13 pont
7. futás 2×15 méteren irányváltoztatással, 2 bukfenccel 12,7 mp 8,3 pont.

Gyorsasági gyakorlatok:

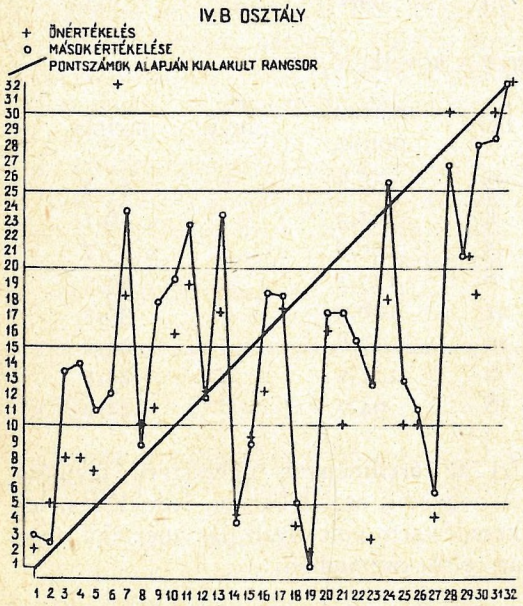
8. 2×20 méter futás falérintéssel, teremben 9 mp 9 pont
9. 2×20 méter akadályfutás 14,2 mp 6,8 pont

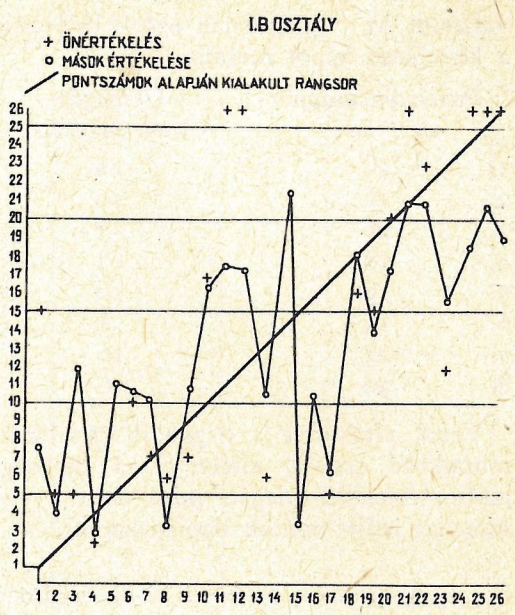
Állóképességi gyakorlatok:

10. 2 perc közepes iramú futás a távolság lemérésével, körönként 8 kör 8 pont

Összesen: 86,1 pont

Az így kialakult összpontszámok meghatározzák a tanulók helyét az osztály rangsorában.





Az eredmények közlése előtt rangsoroltattam a tanulókkal osztálytársaikat, megjelölve benne önmaguk helyét is. A két rangsor összeállításából lehet következtetni, mennyire ítélte meg reálisan a tanuló önmagát és társait. Majd közöltem minden tanulóval elért pontszámát, megkérdeztem, ki nincs megelégedve, ki szeretne javítani? A kísérletben szereplő I. és IV. osztályban hangsúlyoztam, hogy csak olyanok jelentkezzenek, akik biztosak abban, hogy a második próba jobban sikerül, mert az utóbbi eredmény lesz a mérvadó.

A kísérletben szereplő *első* osztály összlétszáma 26, ebből kilencen jelentkeztek javítani, tehát az osztály közel 30%-a. A *negyedik* osztályban 30 tanuló közül 8 jelentkezett, tehát körülbelül 25%. Ez a különbség talán azzal magyarázható, negyedikeseinket az érettségi, a továbbtanulás körüli problémák kötik le, érdeklődésük középpontjában az osztályzatok állnak, és más osztályzattal kapcsolatban levő dolog háttérbe szorul.

IV. osztály:

Az újrajelentkezők helyét vizsgálva a pontszámok alapján megérdemelt helyen,

valamint az önmaguknak szánt helyezés, a következő képet mutatja.

Pontszám alapján elért helye	*Önmagát hová helyezte*
1. 28	21
2. 16	10
3. 26	5
4. 16	17
5. 19	16
6. 13	4
7. 25	10
8. 30	30

Tehát eltekintve a negyedik tanulónál mutatkozó csekély eltéréstől, a többség jobbra értékelte magát, mint amit a viszonylag reális pontok alapján kapott.

I. osztály:

Pontszám alapján elért helye	*Önmagát hová helyezte*
1. 23	12
2. 16	10
3. 21	21
4. 8	3
5. 2	5
6. 18	16
7. 17	5
8. 4	2

Fentiekből kitűnik, hogy a tanulók 80%-a kedvezőbben ítélte meg önmagát, 10%-a azonos, 10%-a pedig rosszabbra értékelte önmagát.

A második próba után az eredmények alakulása a következő:

Név	első pontsz.	hely	második pontsz.	hely	javítás
Bencze Márta	81,5	28	117,0	5	35,5
Pats Ágnes	97,8	14	124,0	3	27,2
Grosz Gabi	93,0	19	118,0	4	25,0
Schweininger	88,6	22	112,0	6	23,4
Tóth Zsuzsa	75,8	29	93,2	18	17,4
Komlós Juli	73,7	30	91,1	19	17,4
Göllner Zsuzsa	95,1	16	106,0	8	11,2
Chovanetz Éva	93,8	18	99,1	13	5,3

A nyolc elsőosztályos tanuló eredménye a következő:

Név	első pontsz.	hely	második pontsz.	hely	javítás
Börcs Sára	59,6	23	108,8	6	49,2
Wencz Anna	115,2	4	161,3	1	46,1
Végh Eszter	113,1	5	158,8	2	45,7
Kántor Mária	97,6	8	147,1	3	45,5
Horváth Zsuzsa	70,6	21	106,9	7	36,3
Márkus Mária	95,8	10	119,8	5	24,0
Karakas Rózsa	118,4	2	141,5	4	23,1
Kőnig Margit	82,4	18	94,0	8	11,6

Mindezekből láthatjuk, hogy a negyedik osztályban a javítás mértéke sokkal kisebb, mint az elsősöknél. Ott az új eredmények megadták az első nyolc helyezettet, itt csak a harmadik helytől a hatodikig fedezhető fel az eredmények ugrásszerű javulása. A negyedik osztályban az érdeklődés, lelkesedés sem volt olyan nagymértékű, mint az első osztályban.

Igénytelenség

Eddig mindössze azzal a kétszer nyolc tanulóval foglalkoztunk, akik hozzávetőlegesen reálisan állapították meg saját igényszintjüket. Marad viszont a vizsgált osztályokból 70—80%, akik meg vannak elégedve eredményükkel, nincsenek messzebbmenő igényeik, érdektelenek teljesítményükkel szemben.

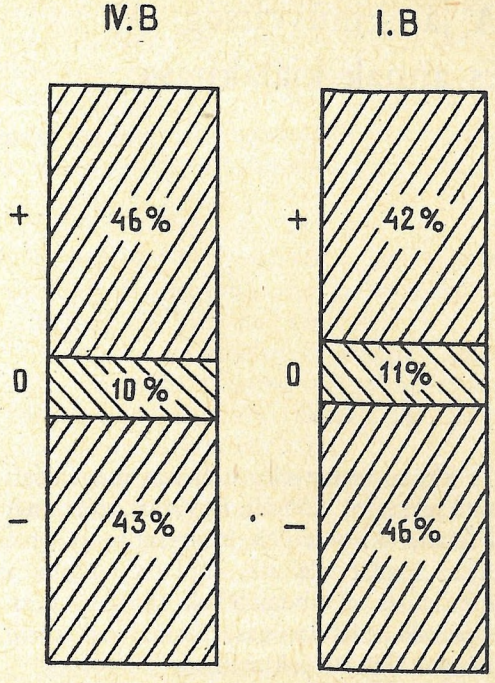
Éppen abban látom az iskolai testnevelés komoly feladatát, hogy érdekeltté tegye ezt a többséget valamilyen módon, próbálja megkeresni a tanulóban rejlő értékeket, tegye azt őelőtte ismertté, igyekezzék igényesebbé tenni önmagával szemben.

Az iskolai testnevelés feladatai közé tartozik az is, hogy a tanuló ne csupán az iskolában eltöltött néhány évre korlátozza az önmagával szemben felállított állandóan növekvő igényét, hanem ha onnan kikerül, töretlenül vigye át e „motort" egész további életére. Különösen gimnáziumban kell erre több gondot fordítanunk.

Önértékelés

Vizsgálatunk alapján megállapíthatjuk, hogy az első osztályban sokkal szigorúbbak önmagukhoz, és így a tanulók önértékelése sokkal közelebb áll a reális értékhez. A negyedik osztályban a ki nem bogozott barátnői viszonyok, haragok, klikkek szövevénye torzítja a képet, és eltérő eredményeket mutat. Az átlag talán valamit korrigál ezeken a túlzásokon.

*Az igényszint*felmérés realitásánál 100%-os túlteljesítést tapasztaltam, mindkét osztályból mindössze 8—8 tanulónál. Ennek mértékét kellene növelni helyes pedagógiával, jó módszerekkel.



\+ jobb helyezést adott magának, mint amilyent elért pontszáma alapján érdemelt (felülértékelés)
o saját értékelése egybeesik a pontszám alapján elért rangsorolással
— kedvezőtlenebbül rangsorolta magát, mint elért pontszáma mutatta (aláértékelés)

Az életkori sajátosságok változásával magyarázható az elsősök lelkesebb hozzáállása, megközelítő jobb rangsorolása. Negyedikesek megfontoltabbak, érdeklődésük középpontjában az érettségi és a továbbtanulás áll.

Fenti kísérleteimet a Magyar Testnevelési Főiskola Pedagógiai Tanszéke útmutatásai alapján végeztem.

Felhívás!

Kérjük olvasóinkat, hogy közlésre szánt cikkeiket gépelve, két példányban küldjék meg a szerkesztőség címére (Budapest, VII., Gorkij fasor 17—21). — A papírlapnak csak az egyik oldalára, kettes sortávolsággal írjanak. Egy-egy oldalra 30 sort gépeljenek. A sor hossza 66 betűhely. A cikk terjedelme legfeljebb 6—8 gépelt oldal lehet.

A rajzokat, táblázatokat, fényképeket külön mellékletként, megfelelő ábraszöveggel (képaláírással) ellátva küldjék be.

A játékműveltség és annak kialakítása

SZABÓ JÁNOS

Az iskolai testnevelés nehezen megvalósítható feladatok előtt áll. Egyrészt azért, mert a feladatok sokrétűek, másrészt mert kevés olyan iskolát találunk, ahol mód nyílik az atlétika és a labdajátékok (kosár-, kézi-, röplabda és labdarúgás) „szabályos" körülmények közötti oktatására.

A nehezen megvalósítható feladatok közé tartozik — éppen a fenti okok miatt a játékműveltség kialakítása a tanulókban. A sportszerű játékok technikai és taktikai elemeinek megtanítása mellett, illetve ezeken keresztül törekednünk kell olyan ismeretkomplexum kialakítására is, amely a tanulóknak általában a játékokra vonatkoztatott ismeretei alapjául szolgál. Ezt a közös alapot nevezzük játékműveltségnek, amely megkönnyíti és logikus egységbe foglalja a tantervi anyagban szereplő sportjátékok gyakorlatanyagát. A játékműveltség nem jelenti a megtanítandó ismeretek számának bővítését, csupán olyan módszert igényel, amelynek eredménye a játékműveltség kialakulása. A játékműveltség mint feladat, tehát nem szorítható be sem egy, sem két osztály tantervébe, mert ennek kialakítása végighalad az általános és a középfokú iskolák minden osztályán.

A továbbiak megértéséhez feltétlenül szükséges a játékműveltség fogalmának meghatározása. Játékműveltségen azokat az elméleti és gyakorlati ismereteket értjük, amelyek a játékok szabályok szerinti űzéséhez, azok felismeréséhez, minőségi szintjének megítéléséhez, a csapat és ezen belül a játékosok teljesítményének értékeléséhez szükségesek. Ez a meghatározás egyben megindokolja azt is, hogy az egyes játékok oktatásán keresztül miért kell gondolnunk a játékműveltség minél magasabb szintű kialakítására is. Az iskolai testnevelésnek és sportoktatásnak nem utolsósorban az is a feladata, hogy a tanulók hozzáértői legyenek a sportnak, akiknek igazi örömet és szórakozást nyújt a pályán küzdő játékosok teljesítménye. Éppen azért, mert értenek hozzá. A játékműveltség kialakítására való törekvés jelenti azt is, hogy gyorsabban megy az egy játékra való átállás (specializálódás), és a tanuló műveltebb játékosa lesz sportjának.

A játékműveltség közös alapja a közös eszközre, a labdára vonatkozó ismeretek, a labdaérzék. A technikai ismeretek, a szabályok, a taktikai elemek tanítása csak akkor lehet eredményes, ha a labdaérzék megfelelő szintje megadja a reális alapfeltételét a tanításnak. A labdaérzék kialakítása a fentiek szerint csak akkor szolgálja a játékműveltség kialakítását, ha a labda mozgatásának minden olyan formáját felhasználjuk, amelyek az említett játékokban szerepelnek. Ezek szerint a labdaérzék fejlesztése — különösen az általános iskola alsó négy osztályában — sem lehet öncélú. A gyakorlatokat a közös cél megvalósítása — a később tanítandó technikai elemek — szempontjából kell összeállítani.

Ismeretes, hogy a labdajátékokat éppen a labda mozgatását meghatározó szabályok alapján két nagy csoportba osztjuk: tényleges labdabirtoklásos és labdabirtoklás nélküli játékokra. Az elsőbe tartozik a kézi-, és kosárlabda, míg a másikba a röplabda és a labdarúgás. A fokozatosság elvét figyelembe véve a labdaérzék kialakítását tényleges birtoklással összekötött gyakorlatokkal kezdjük, majd érintéses, érintgetéses (kéz, fej, láb) gyakorlatokkal folytatjuk. Így a gyermek korán megtanulja, mennyivel nehezebb a labdakezelés a röplabdában, labdarúgásban, mint a kézi-, vagy a kosárlabdában.

A későbbi speciális technikai elemek oktatása és a játékműveltség kialakulása szempontjából igen fontos a kétoldalasságra való nevelés. Kétoldalasságon mindkét kéz és mindkét láb közel azonos ügyességét értjük. A játékműveltség szemléletéből kiindulva az általános iskolások labdaérzékét olyan gyakorlatokkal színesíthetjük, amely a labdarúgásban a kétlábasságban, a kosár-, kézi- és röplabdázásban a kétkezességben fog jelentkezni. Köztudott, hogy a kétoldalasság alapja a helyes lábmunka, amely a lépésszabály formájában a legmerevebben a kosárlabdában jelentkezik. A „lépésszabály" azonban hasonlóan fontos minden játékban, csak a többiekben nem jelent szabálysértést, de labdavesztést, a támadásvezetés megakadását már igen. Ha a kétoldalasságot a hármaslépéssel tanítjuk a játékok technikai elemeiből összeállított általános jellegű gyakorlatokkal, igen sokat teszünk a játlékműveltség kialakítása érdekében. Pl. letett labdát három lépés után kell elrúgni jobb lábbal. Kilépünk a jobb lábbal, a labda mellé lépünk a ballal, s rúgás a jobb lábbal. Ugyanez bal lábbal. Fektetett dobás három lépéssel. Első lépés a bal lábbal — egyidejű labdaleütés —, lépés a jobb lábbal, majd bal lábról felugrás és kosárra dobás. Röplabda: alsó és felső adogatás három lépéssel. Kézilabda: három lépéssel felugrásos dobás jobb, majd bal kézzel. A tempódobás és a három lépéssel előkészített leütés lábmunkájának azonossága azonnal felismerhető.

A játékműveltség kialakítására való törekvés szükségszerűvé teszi az azonos taktikai elemek, sőt taktikai elvek együtt tanítását, illetve kihangsúlyozását. Az emberfogás, a védekezés elvei azonosan érvényesülnek a kézi- és kosárlabdában, valamint a labdarúgásban. A zónavédelem is azonos elvek alapján mozog mind a négy játékban. Ilyen értelemben talán csak a röplabdázás csapatvédekezésének elemzése látszik szükségesnek. A sáncoló (sáncolók) — mint a többi játékban is — a labdát tartóra támadnak, a többiek pedig a szabadon maradt területet a labda helyzetének megfelelően szállják meg. Mozgásukat tehát éppen úgy a labda helyzete irányítja, mint a kosárlabdában vagy a kézilabdában.

A játékműveltség további összetevőit két nagy csoportban foglalhatjuk össze, úgymint: elméleti és gyakorlati ismeretek.

Elméleti ismeretek

Elsősorban kell említeni a játék jellegét meghatározó legfontosabb szabályokat.

Feltétlenül meg kell tanítani:

1. Kosárlabdázásban: a játéktér méreteit, a játékidőt, a három és a 30 mp-es szabályokat. A technikai elemek tanításával egy időben a lépésszabályt.

2. Kézilabdázásban: a pálya méreteit, a játékidőt, a lépésszabályt.

3. Labdarúgásban: a pálya méreteit, a játékidőt és a lesszabályt.

4. Röplabdázásban: a pálya méreteit, a pontszerzés szabályait, a forgás szabályát.

Ezeknek a szabályoknak az ismerete nélkülözhetetlen a szabályok szerinti játékokhoz.

Az elméleti ismeretekhez tartoznak a játék alapvető taktikai ismeretei is.

Támadás viszonylatában a küzdő csapatjátékokban (kézi-, kosárlabda, labdarúgás) a támadásszövés örök érvényű elvének, az add és fuss támadási alapelvnek a megtanítása látszik szükségesnek. Az add és fuss-elv — mint ötletjáték alapja — a háromszögelésben valósul meg. Ha a mozgásban végrehajtott passzolási gyakorlatokban a támadó helyezkedés eme alapelvét juttatjuk érvényre, megalapozzuk a támadásszövés általános formáját. Ennek kialakítása után már csak a mozgásirányokat kell meghatározni, és megtanítottuk a tudatos támadási elemeket, az elzárásokat is. Ezek pedig egyaránt fontosak a kézi- és a kosárlabdázásban.

Összefoglalva: A játékműveltség kialakítása nem jelent különleges feladatot. Ez önmagától alakul ki, ha a tantervi anyagot célszerűen, logikus egységnek tekintve alkalmazzuk. A játékműveltség alapja a labdaérzék, amelyhez a játékok elméleti és gyakorlati ismeretei kapcsolódnak.

Iskolai sport

A Magyar Testnevelési és Sportszövetség Ügyvezető Elnökségének 7/1966. (MTSÉ. 7.) Ügyv. Eln. számú határozata a középfokú tanintézetek és szakmunkástanuló iskolák sportköreinek 1966—67. tanévi feladatairól

A Magyar Testnevelési és Sportszövetség Ügyvezető Elnöksége tudomásul veszi a középfokú iskolai sportegyesületek 1965—66. tanév munkájáról szóló jelentést, és megállapítja, hogy az iskolai sportkörök igyekeztek megvalósítani az iskolai sportra vonatkozó 318—1964. Ügyv. Eln. számú határozatban foglaltakat, többnyire felhasználták az adott lehetőségeket az iskolai sport fejlesztésére.

Továbbra is fontos, hogy a középfokú tanintézetek és szakmunkástanuló iskolák sportkörei az 1966—67. tanévben fokozottabban törekedjenek a tanulók tömeges sportolási lehetőségeinek kiszélesítésére, a tehetséges fiataloknak a sportegyesületekbe és sportiskolákba történő átirányítására, továbbá az iskolai szakosztályokban folyó munka színvonalának emelésére.

Az iskolai sportkörök testnevelési és sporttevékenységének megszervezésével, a fejlesztés meggyorsításával biztosítani kell, hogy az iskolai sport a kötelező testneveléssel együtt segítse elő az iskolás korú tanulók testi nevelését; az önkéntes sporttevékenységben rejlő oktató-nevelő-képző lehetőségek felhasználásával járuljon hozzá a harmonikusan képzett, szocialista embertípus kialakításához; segítse elő a tanulók szabad idejének célszerű, hasznos eltöltését, az egész életre szóló sportolási igény kialakítását, továbbá a versenysport utánpótlásának tervszerű nevelését.

Az iskolai sport fejlesztésének egyik fontos előfeltétele, hogy az iskolán belül még cselekvőbb kapcsolat alakuljon ki a sportkör vezetősége és a KISZ-bizottság között, e két szervezet közös programja és munkaterve kölcsönösen segítse elő a sportkör, valamint a KISZ diákakció programjának végrehajtását. Igen lényeges, hogy az iskolai sportkör munkaterve és versenynaptára biztosítsa a lehetőséget a Kilián Testnevelési Mozgalom és az Ifjúság a Szocializmusért próba sportkövetelményeinek teljesítésére.

Az MTS Ügyvezető Elnöksége az iskolai sport céljából eredő feladatoknak az 1966—67. tanévben történő eredményes végrehajtása érdekében a következőket határozza:

1. Az MTS budapesti, megyei tanácsai 1966. augusztus hó folyamán készítsék el tanévi sportprogramjukat és versenynaptárukat, ezeket juttassák el az iskolai sportkörök részére.

A versenynaptár tervezése során biztosítani kell, hogy

— *az őszi-tavaszi hónapok* sportfoglalkozásait atlétikában: a pálya- és mezei versenyek; labdajátékban: a kézilabda-, kosárlabda- és labdarúgó-mérkőzések, valamint az összetett honvédelmi és a „Barátság" öttusaversenyek, míg

— a téli hónapok sportfoglalkozásait a röplabda- és asztalitenisz-mérkőzések, a céllövészet és úszóversenyek, továbbá a téli és egyéb szabadban, valamint teremben űzhető sportágak versenyei képezzék.

Lehetőleg a téli, tavaszi és nyári iskolai szünetekben minden megyében és Budapesten meg kell rendezni az 1966—67. tanév középfokú- és iparitanuló-iskolai bajnokságokat: atlétikában (pálya és mezei versenyek), „Barátság" öttusában, tornában és a terület igényeinek megfelelően egyéb sportágakban.

A tanulók magasabb szintű sportolási igényeinek kielégítésére az iskolai sportkörök szakosztályai lehetőleg vegyenek részt az Ifjúsági Kupa és a Seregszemle versenyeken.

2. Lehetőleg minden iskolai sportkörben meg kell szervezni a természetbarát szakosztályt, és gondoskodni kell a részvevők egész tanéven át történő foglalkoztatásáról.

3. Az MTS Országos Tanácsának tömegtestnevelési és sportosztálya az összes illetékes szervek bevonásával végzendő felmérő- és értékelőmunka alapján készítsen javaslatot a középfokú tanintézetek és szakmunkástanuló iskolák testnevelési és sporttevékenységének, versenyrendszerének továbbfejlesztését elősegítő irányelvekre, intézkedésekre, és azt 1967. március 31-ig terjessze jóváhagyásra az MTS Ügyvezető Elnöksége elé.

Egri Gyula s. k.,
az MTS elnöke

Az iskolai sportkörök 1966—67. tanévi feladatairól szóló MTS ügyvezető elnökségi határozat lényegében az előző tanévben végzett munka folytatását tűzi ki célul a sportkörök elé.

Iskolai testnevelésünk jelenlegi helyzete szükségessé teszi, hogy a sporttevékenységet annak kiegészítéseként és a szervezetre gyakorolt hatásának fokozására használjuk fel. Természetesen ez nem zárja ki annak lehetőségeit, hogy akár az iskolán belül, akár azon kívül, esetleg a kettőt kombinálva találjuk meg azokat a lehetőségeket, amelyekkel az egyes sportágakban tehetséges tanulók képességeinek kibontakoztatását elősegítjük.

A tanintézetek magas tanulólétszáma, a sportlétesítmények és szakemberek igénybevétele sürgetőbben veti fel az iskolák s a sportegyesületek közös munkájának szükségességét, mint a korábbi években. Tapasztaljuk, hogy testnevelő tanáraink átlagban a kötelező óraszámok felének megfelelő időt töltik el az iskolai sportkörökben szervező és egyéb munkával. Most a tanév beindulása előtt időszerűnek tartjuk, hogy szóljunk néhány szót erről a munkáról. Nem új feladatokat kívánunk adni, hanem a meglevőket segítjük sorba venni, és nem kaptafának szánjuk, hiszen ahány iskola, annyiféle probléma, lehetőség. Inkább gondolatébresztőnek írjuk le, tapasztalat-átadásként. Szeretnénk elősegíteni, hogy amit csinálunk, rendszerbe foglaljuk, és azt tanácsoljuk: inkább kevesebbet, de rendszeresen dolgozzunk mint hébe-hóba, kampányszerűen.

A tanév előkészítése

Rendszeres munkát nehéz elképzelni tervkészítés nélkül. Az iskolai munkaterv és versenynaptár előkészítése előtt alaposan át kell tanulmányoznunk a megyei (budapesti) iskolai sportprogramot és versenynaptárt. Számba kell vennünk sportolási lehetőségeinket, tanulóinkat, az iskola hagyományait, a rendelkezésünkre álló anyagi eszközöket stb. A megyei programból meg kell határoznunk a mi sportkörünk feladatait, hozzátéve saját célkitűzéseinket. A sportköri versenynaptárba fix dátumként kerülnek be az iskolán kívüli versenyek, bajnokságok időpontjai, amelyeken egyenként vagy csapatokkal kívánunk részt venni. Miután ezeket lerögzítettük, időben eléjük tervezzük az iskolai háziversenyeket, bajnokságokat, amelyek egyben kiválasztást és felkészülést is jelentenek a magasabb szintű versenyekre.

Ha nem indulunk iskolán kívüli versenyeken, akkor is kell versenynaptárt készítenünk, különben minden bizonnyal kifutunk az időből, vagy munkánk kapkodássá válik. A munkatervben és versenynaptárban minden olyan eseményt (vezetőségválasztó taggyűlést, házibajnokságot, sportünnepélyt stb.) kell megtervezni, amit a tanév folyamán rendezni kívánunk. Az összeállított munkatervet és versenynaptárt a sportköri elnökség vitassa meg, ezután kerüljön a tanév eleji taggyűlés elé. (Helyes, ha előzőleg a KISZ-szervezettel is megbeszéljük, így nem következhet be időpontütközés stb.).

Több helyen tapasztaltuk az elmúlt tanévben, milyen vonzóerőt gyakorolt a tanu-

lókra az, ha a sportfaliújságra kifüggesztett versenynaptárról egész tanévre előre olvashatták a soron következő eseményeket. A tanév előkészítésére, az írásos anyagok összeállítására legalkalmasabb időnek augusztus utolsó napjait tartjuk.

A tanév beindítása

A tanévi sportmunka beindítása a taggyűléssel kezdődik. (Ezért ajánljuk a tervkészítést augusztus utolsó napjaira.) Szükséges tehát, hogy ennek időpontját közvetlen a tanév első napjaira tegyük, így már az első héten beindulhat a sportélet.

Célszerűnek látszik a tanévet csapatsportokkal kezdeni, mert a tanév elején az első osztályosok képességeit még nem ismerjük, de a magasabb osztályokban is könnyebb a labdajátékok szervezése, hiszen a hosszú nyári szünet után ismét össze kell kovácsolódniuk az osztályoknak. Leányok részére a kézilabda, fiúk részére a kispályás labdarúgó házibajnokságot ajánljuk elsőként megszervezni.

A sportesemények megszervezésével egy időben kell gondoskodnunk a sportkörben tisztséget viselő tanulók munkába állításáról. (Lásd: Módszertani Útmutató a Középfokú Iskolai Sportkörök munkájához sorozat I. sz. füzetét.) Amennyiben szakosztály is működik a sportkörben, össze kell hívni a szakosztályi értekezletet, meg kell szervezni az edzéseket, és be kell nevezni a csapatot a Szövetségi Bajnokságba. A továbbiakban folyamatosan el kell látni azokat a teendőket, amelyek a bajnokságban szereplő csapat részvételével kapcsolatosak.

Az atlétikai foglalkozások szinte minden sportkörben hagyományosak. Ettől a tanévtől kezdődően szeretnénk általánosan elterjeszteni és az atlétikai foglalkozások alapjává tenni a „Barátság" atlétikai öttusaversenyeket. Tulajdonképpen az Úttörő atlétikai négytusa továbbfejlesztéséről van szó, amely ahhoz hasonlóan nemzetközi szintig jut el, s kiválóan alkalmas osztályok, évfolyamok, iskolák, városok közötti vetélkedésre. Az öt atlétikai szám tantervi anyagból áll: 100 m síkfutás, 800 m síkfutás (lányoknak 400 m), magasugrás, távolugrás, súlylökés (fiúk 6, leányok 4 kg-os súllyal). Minden szinten — kivéve a nemzetközit — két korcsoportban lehet versenyezni: első–második osztály (15—16 év) és külön harmadik-negyedik osztályok (17—18) csapatai egymás között. A csapatok létszáma 6 fő, ebből az öt legjobb eredményét értékelik. (Minden tanuló mind az öt versenyszámban indul.) Részletes tájékoztatót lásd: a Módszertani füzetsorozat III. sz. füzetében. A házibajnokságokat célszerű az őszi időszakban megrendezni, míg tavasszal az osztályok, évfolyamok, iskolák válogatott csapatai részére a megyei bajnokságot.

Egyre nagyobb népszerűségnek örvend iskoláinkban az összetett honvédelmi verseny, amely a kosárlabdával és az őszi mezei futóversenyekkel együtt kiegészíti a foglalkozásokat.

Sajnos, novembertől március végéig csökkennek a lehetőségek, s a tél minősége erősen befolyásolja további munkánkat.

A röplabdázás, torna, asztalitenisz, sakk, esetleg céllövészet, úszás és egyéb teremi foglalkozások mellett — a téltől függően — ajánljuk a téli sportokat, elsősorban a korcsolyázást, ródlizást, síelést, jégkorongozást és a téli természetjárást (sítúrákat). Tapasztalataink szerint ebben az időszakban csökken a foglalkoztatottak száma, bár ötletességgel és áldozatkészséggel nagyban befolyásolható.

Áprilistól június végéig ismét a szabadtéri sportok kerülnek előtérbe, s ez magával hozza a résztvevők számának növekedését is. Ebben az időszakban az ősszel elkezdett sportágak versenyeinek folytatását javasoljuk, s ismét a mezei futóversenyeket, az atlétikai pályaversenyeket, a „Barátság" öttusaverseny tavaszi fordulóját és a labdajátékokat.

Általában ekkor rendezik a megyei bajnokságokat a különféle sportágakban, amelyek alkalmasak a tanév folyamán elért fejlődés ellenőrzésére, a testnevelő tanárok tanéves munkájának felmérésére. Szeret-

nénk elérni, hogy az 1966—67-es tanévben szinte valamennyi iskolai sportkör képviseltesse magát a megyei bajnokságok különféle sportágaiban, és ezek a versenyek tükrözzék az iskolai sportköreinkben folyó tömegsportot mind a résztvevők számában, mind az elért eredményekben.

Külön kell szólnunk az egyre terebélyesedő természetbarát-mozgalomról. A természetbarát szakosztályok rendszeres túráikkal legyenek szerves részei az iskolában folyó sportéletnek, és toborozzanak minél több tagot a mozgalomnak.

Amikről eddig beszéltünk, lényegében az iskolában folyó sportéletnek egy-egy részterületét jelentették. Sok példát lehetne felhozni arra, ki hogyan csinálja, és melyik a jobb módszer? Véleményünk szerint mind jó, amelyikben az a törekvés látszik, hogy az iskolák előtt álló célkitűzéseket igyekszik megvalósítani. Ha mi értékelnénk, mégis azt helyeznénk előtérbe, aki a tanéves sporttevékenységet úgy igyekszik keretbe foglalni, hogy az a tanulóifjúság még magasabb szintű igényeit elégítse ki. A jól felépített sportköri munkatervnek alkalmasnak kell lennie arra, hogy a tanulók azon keresztül teljesíthessék az „Ifjúság a Szocializmusért" próba sportkövetelményeit is, jelentős mértékben gyarapíthassák pontjaik számát a „Kilián Testnevelési Mozgalom" valamelyik jelvényének megszerzéséhez.

Örömünkre szolgál, ha segítséget, ötletet adhatunk valakinek ilyen célkitűzéshez.

Mezőfi András

Tájékoztató

Testnevelés a csehszlovák iskolákban

Csehszlovákia minden típusú iskolájában alapvető szerepe van a testnevelésnek. Az Iskola- és Művelődésügyi Minisztérium által legutóbb jóváhagyott tanterv kiemeli: „az életmód megváltoztatása a kommunista társadalomban megkívánja, hogy fokozott figyelmet fordítsunk a testnevelésre".[1] A legfőbb feladat az iskolai és az iskolán kívüli testnevelés egységes rendszerének megszilárdítása, amely a harmonikus fejlődés, a sokoldalú nevelés fontos feltétele.

A tanterv testnevelési anyaga nagymértékben alkalmazkodik a tanulók fizikai és pszichikai adottságaihoz, és arra ösztönöz, hogy az óra ne csak oktató és nevelő jellegű, hanem *felfrissítő, üdítő hatású* is legyen.

A kilencéves alapiskolák testnevelése

Az 1—9. évfolyamos iskola célja, feladata és alapelvei tekintetében megfelel a mi általános iskolánknak.

A testnevelés oktatás fő formája a *testnevelési óra*. Az 1—3. évfolyamban heti 3 (évi 99!), a többi osztályokban heti 2 (évi 66) testnevelési óra van. Az óra feladata és felépítése lényegében hasonló a mienkhez. Szerkezetileg négy részre osztható: 1. jelentés, bevezető rész, 2. előkészítő rész, 3. főrész, amely két részből áll: új anyag és ismétlési anyag, 4. levezető rész, értékelés.

Ezenkívül az iskolai testnevelés kötelező formái: a *„testnevelési séták"* és a *„testnevelési percek"*.

Minden évfolyamban évi 4 testnevelési sétát kell rendezni 2—4 óra terjedelemben. A séták a tanulók egészségét, testi képességeit fejlesztik,

[1] Tanterv (Slovenské pedagógiché nakladatetstvo) 4. oldal.

ezenkívül honvédelmi tartalmuk is van, és bővítik a természetismeretet.

A testnevelési perceket — amely tulajdonképpen az aktív pihenés egyik formája — a legkülönbözőbb órákon alkalmazzák, ha az osztályon a fáradtság jelei mutatkoznak.

Igen figyelemreméltó a *reggeli torna* megszervezése az iskolában: 8 óra előtt öt perccel különféle gimnasztikai gyakorlatokat közvetít a rádió, melyeket a tanteremben egy kijelölt tanuló (előtornász) vezetésével hajt végre az osztály.

A testnevelés egyéb formái az 1—5. évfolyamban a *testnevelési körök*, továbbá: órák közti szünetekben játék, pionírszervezetekben végzett sporttevékenység, testnevelési nyilvános szereplésekre (bemutatókra, spartakiádokra) való készülés. A testnevelési körök — lényegében megfelelnek az iskolai sportköröknek — alapformái a gyakorlóórák és a kirándulások, ahol legfontosabb szempont a színes, vonzó munka kialakítása.

A 6—9. évfolyamok tantervében a következő fakultatív, szabadon választható tárgyak szerepelnek (heti 2 órában): varró- és főzőtanfolyam, karének, idegen nyelv, képzőművészetek, biológia-, fizikai-, kémiagyakorlatok és *sportjátékok*. Ezekben az osztályokban tehát a kötelező testnevelési óra kiegészül *nem kötelező testneveléssel* „sportjátékok" formájában, amit az iskolában vagy sportegyesületekben szerveznek. A részvétel önkéntes, de aki jelentkezett, köteles járni a foglalkozásokra, melyek a helyi hagyományoknak, a személyi és tárgyi feltételeknek megfelelően szakosítottak: röp-, kézi-, kosárlabda, atlétika, torna, jégkorong stb.

A fenti szervezési forma bizonyos tekintetben hasonló a mi kiegészítő tantervünkhöz, azonban jelentős eltérés van a kettő között. Ismeretes, hogy nálunk a kiegészítő tanterv szerint az évi 66 órából lehet 10 órát fordítani valamelyik testgyakorlati ág részletesebb tanítására. A csehszlovák módozat pedig évi 33 óra pluszt jelent a testnevelő számára, ennek előnyeit — úgy gondolom — e helyen nem szükséges részletezni.

A testnevelés további lehetősége a *sikiképzéssel egybekötött kirándulás*, melyet a tanterv szerint a 8. évfolyamban kell lebonyolítani. A sítúrák általában 10 naposak, és az oktatási év közben rendezik. Kezdő és haladó csoportokra osztva (kb. 15—15 fő) egy szakoktató vezetésével folyik az elméleti-gyakorlati oktatás.

Az *úszásra* szintén nagy gondot fordítanak, bár náluk is komoly akadályt jelent az uszodahiány. Ennek leküzdésére követésre méltó módszert alkalmaznak: ott, ahol helyben nincs meg az úszás feltétele, autóbuszon és egyéb járművön szállítják a tanulókat a létesítményekhez, a szervezési és lebonyolítási munkákhoz nagy segítséget ad a Csehszlovák Testnevelési Szövetség és a szakszervezetek.

Külön ki kell emelni a csehszlovák iskolai testnevelés és a *honvédelmi előkészítés* szoros kapcsolatát. Már az elemi iskolától kezdve az évi 4 testnevelési séta keretén belül kapnak a tanulók alapfokú honvédelmi oktatást, természetesen életkoruknak megfelelően játékos formában. A 6—9. évfolyam számára (leányok is!) a tanterv előírja, hogy: „az iskolai év folyamán osztályonként kétszer (ősszel és tavasszal) 4—5 órás *honvédelmi turisztikai gyakorlatokat* kell szervezni". Az elmélettel egybekötött gyakorlatokat a testnevelő tanár vezeti — egy-egy patronáló katonai alakulat segítségével. A kiképzés színesebbé tételére különböző gyakorló fegyvereket mutatnak be, füstbombákat gyújtanak stb. — melyek a tanulók számára gazdag élményeket jelentenek.

Meg kell említeni a csehszlovák iskolák azon törekvését, hogy biztosítsák a tanulók *mindennapos testnevelési gyakorlását*. Ehhez az iskola és az iskolán kívüli lehetőségek szoros egybehangolása szükséges, valamint a pionírszervezetek és a szülők támogatása. Jól bevált kezdeményezés például, hogy sok iskolában a régi Sokol-mozgalomban részt vett, sportért lelkesedő *szülők is vezetnek sportköröket*, és edzenek iskolai csapatokat.

A testnevelés anyagi-tárgyi ellátottsága jónak mondható, különösen a felszerelések tekintetében, melyek anyagilag kisebb megterhelést jelentenek, mint nálunk. A létesítményhiány már nagyobb problémát okoz, ezt — a nemzeti tanács és a szakszervezetek segítségével — úgy próbálják megoldani, hogy önsegély alapján, társadalmi munkában építenek pályákat, gyakorlótereket, uszodákat, korcsolyapályákat stb.

A testnevelés tartalma az alapiskolákban

A kötelező testnevelési órák tartalmát a tanterv rögzíti, anyaga négy fő részre tagozódik:

1. a gimnasztika alapjai,
2. játékok,
3. a sportra való előkészület alapjai,
4. a turisztika alapjai.

„A gimnasztika alapjai" rész, vagy más néven *„alap testnevelés"*[1] feladata: elősegíteni a sokoldalú testi fejlődés, a mozgásképesség és egészségügyi szokások kialakítását, testi és erkölcsi tulajdonságok fejlesztését.

A tantervben az „alap testnevelés" kiemelése egyedülálló csehszlovák sajátosság, és tulajdonképpen a Sokol hagyománya. A régi iskolai testnevelés szervezése ugyanis Sokol alapon épült fel, melyben döntő jelentőségű volt a szertorna (főleg a felsőtest képzése), a rendgyakorlatok, a szerekhez való menetelés szigorú előírásai stb. —

[1] Rövidítve ZTV (zakladna telesná vychova), jelentése: alap testnevelés.

és ezenkívül szerepelt a sport, vagyis a többi testgyakorlati ágak (atlétika, játékok stb.).

Ez a hagyományos felosztás tükröződik a mai tantervben is, és ennek következménye a mienktől való eltérés (pl. nem szerepel az atlétika mint főrész, hanem a „sportra való előkészület" fejezetben találjuk meg, a játékokkal, az úszással, a síeléssel stb. együtt).

„A gimnasztika alapjaiban" egyébként a következő alcsoportokat találjuk: *a)* rendgyakorlatok, *b)* előkészítő gyakorlatok, *c)* akrobatikus gyakorlatok (csak 1—5. osztályig), *d)* egyensúlygyakorlatok, *e)* mászás, *f)* népi tánc. Számunkra feltűnő és megtévesztő az „akrobatikus gyakorlatok" elnevezés — amely szintén a speciális ZTV-rendszerből adódik —, ez tulajdonképpen egyenlő a talajtornával, és olyan elemi gyakorlatokat foglal magában, mint például a guruló átfordulás előre, helyből és járásból stb. Speciális az egyensúlygyakorlatok külön kiemelése, a mászás és a népi tánc hangsúlyozása is.

„*A játékok*" tartalmát az alsó osztályban többnyire az általunk is alkalmazott egyszerűbb gyermekjátékok, mondókák stb. képezik. A 6—9. évfolyamnál a játékok nem szerepelnek külön fejezetben, hanem a tanterv „Sportra való előkészület" részéhez tartoznak, anyaga pedig a következő: röp-, kézi- és kosárlabda, fiúknak labdarúgás, jégkorongozás. A fő feladat az illető játék alaptechnikájának és taktikai elemeinek elsajátítása

„*A sportra való előkészület alapjai*" részben az 1—5. évfolyamoknál főleg az atlétika elemei szerepelnek: futás, ugrás, hajítások. Ezenkívül már az első osztálytól kezdve megtaláljuk a síelés alapjait, a korcsolyázást és a szánkózást.

A felső évfolyamokban oktatásra kerül a szertorna (talaj, korlát, nyújtó, gerenda, ugrások elemei).

A tanterv ezen részéhez tartozik még az úszás, és természetesen a fent már említett labdajátékok.

Negyedik fő rész a *turisztika*, amely az ország földrajzi adottságainak és hagyományainak megfelelően alapvető jelentőségű az iskolai testnevelésben is. Az alsó osztályokban főleg nagyobb séták, kirándulások keretében szerzik meg a tanulók a turisztikai alapismereteket. Ezek a kirándulások nevelési szempontból is igen jelentősek; szellemi játékokat rendeznek közben, de szerepel a programban: tájékozódási ismeret, öltözködési higiénia, elsősegélynyújtás, teafőzés, tűzoltás stb. A 6. évfolyamtól kezdve megtaláljuk az anyagban a térképpel való munkát, a sebesültszállítás módjait, valamint a téli turisztika speciális ismereteit.

A gimnáziumok testnevelése

Az érettségit adó 3 évfolyamos általános gimnázium mellé Csehszlovákiában bevezették a szakosított gimnáziumokat (pl. matematika-fizika, kémia-biológia és nyelvi).

Testnevelési szempontból legjelentősebb eltérés, hogy valamennyi évfolyamban heti 3 testnevelési óra van — ezenkívül a szabadon választható tárgyak között a „sportjátékok" is szerepel heti 2 órában. Bár az órák egy részét honvédelmi előkészítésre kell fordítani, nyilvánvaló, hogy így is jóval több testnevelési alkalmat jelent, mint az évi 66 óra.

Figyelemre méltó, ahogy a tanterv csoportosítja a középiskolákat az *igénybevétel jellege* szerint: 1. statikus, ahol túlnyomórészt elméleti, sok üléssel járó órák vannak, 2. technikumok, szakiskolák, ahol általában vegyes az igénybevétel, 3. fizikailag erősen foglalkoztató iskolák (pl. mezőgazdasági szakiskola stb.). Az egyes csoportoknak megfelelően változik a testnevelési óra mozgásos anyagának százalékos aránya, pl. az 1. csoportban: gimnasztika 20%, atlétika 30%, játék 30%, egyéb 20%, míg a 3. csoportban: a gimnasztika és az atlétika csak 20%, a játék viszont 40%.

A testnevelés tartalmát három fő részre osztja a tanterv: 1. gimnasztika, 2. sportra való előkészület, 3. turisztika.

A gimnasztikához tartozik: a rendgyakorlatok, az előkészítő gyakorlatok és a népi tánc.

A sportra való előkészületi részben szerepel: a torna (talaj, korlát, felemás korlát, nyújtó, gerenda, ugrások stb.), a művészi torna, az atlétika, a labdajátékok, a küzdősportok elmei, az úszás és a téli sportok.

A turisztika mellett a honvédelmi és légoltalmi[1] kiképzés is szervesen kapcsolódik a gimnáziumok és szakközépiskolák testneveléséhez. Évente kétszer, több napos honvédelmi és menetelési gyakorlatokat tartanak. Anyaga az életkornak megfelelően egyre magasabb fokú, az általános kiképzésen túl tanítják a kisöbű puskával való lövészet szabályait, majd lőtéri gyakorlatok következnek, és bevezetést kapnak a tanulók a katonai topográfiába. Évente 10 órát egészségügyi ismeretekre, atom- és vegyvédelmi oktatásra kell fordítani.

A csehszlovák középiskolai tanterv 1953/54-től kötelező anyagként tartalmazza a *testnevelés elméletet*. Évente átlagosan egy osztálynak 4—5 óra foglalkozás van, melynek tartalma: alapfokú anatómiai-élettani oktatás, bevezetés a testnevelés elméleti-módszertani kérdéseibe, és különböző sportpolitikai ismeretek.

Végül megemlítjük, hogy a testnevelés osztályozásának problémái országos vitát váltottak ki, melynek eredményeképpen az osztályozási szinteket eltörölték, és a tanulók előmenetelét mozgásképességük fejlődése, aktivitásuk, fegyelmezettségük alapján állapítják meg (a többi tárgy-

[1] A tantervben mint „előkészület a civil védelemre" (COŠ) szerepel.

hoz hasonlóan a testnevelésben is csak négy érdemjegy van, egyes a legjobb, a négyes bukás).

A szűkre szabott terjedelem nem engedi meg, hogy részletesen tárgyaljunk minden kérdést, célunk nem is ez volt, inkább a csehszlovák iskolai testnevelés jellemző keresztmetszetét próbáltuk vázolni. Azokra a speciális szervezési és módszertani eltérésekre igyekeztünk rámutatni, amelyeket hazai testnevelésünkben is haszonnal alkalmazhatnánk.

Befejezésül kijelenthetjük, hogy a csehszlovák testnevelési rendszer fő törekvése — hasonlóan a mienkhez —, hogy a tanulóknak minél több testmozgást biztosítson, *hatásosabb és vonzóbb módszerekkel* megszerettesse a testgyakorlati ágakat, és *egy egész életre szólóan tartós érdeklődést alakítson ki a testnevelés iránt.*

Takács Ferenc

Egy hét Lengyelországban

Mérhetetlen szenvedés, rombolás volt az ára annak, hogy a mai varsói gyermekek 80—90%-ban korszerű, modern, sportlétesítményekkel is jól ellátott iskolákban tanulnak. Ebben az évben ünnepli Lengyelország fennállásának 1000 éves évfordulóját, s az ünnepi készülődés évek óta hallatlan erőfeszítésre ösztönzi a társadalmat az oktatásügy továbbfejlesztése érdekében is. Az elmúlt öt év alatt csupán társadalmi erőforrásokból több mint 1100 iskola épült fel az ezeréves akció keretében. Volt alkalmam véletlenszerűen megnézni többek között egy falunak is alig mondható település 6 tantermes iskoláját, amely ezen akció eredménye. Az iskola korszerűen felszerelt tornateremmel és más sportlétesítménnyel is rendelkezett. Általánosságban el lehet mondani, hogy az iskolákban az ifjúság testneveléséhez és sportjához messzemenően igyekeznek a lehető legkedvezőbb feltételeket megteremteni nemcsak állami, hanem társadalmi összefogás útján is. 1966 és 1970 között az újonnan épülő iskolákon túl társadalmi erőből és a Sportfogadási és Lottóiroda pénzügyi eszközeiből előirányozták négyszáz tornaterem építését olyan iskolákhoz, amelyek nem rendelkeznek tornateremmel. Emellett felépítenek még 200 szükségtornatermet, kb. 18 000 sportpályát és 15 000 atlétikai létesítményt (futópálya, ugrópálya).

A kötelező testnevelésről azt lehet mondani, hogy tartalmában és szervezeti kereteiben is hasonló a miénkhez. Igen intenzíven fejlesztik viszont a tanulók tanórán kívüli sportját és turisztikai mozgalmát. Nagy erőfeszítéseket tesznek az iskolai sportkörök fejlesztésére. A sportköri munka a tanár kötelező óraszámában van benne, éspedig a tanulók számától függő órakeret szerint. 200 tanulós iskolában heti 2 óra, de az általános iskolákban elérheti a heti 12, a líceumokban és a szakmai iskolákban a heti 16 órát. A sportkör szervezi az ifjúság tömegsportját is, de a foglalkozások zömét a szakosztályi munka teszi ki. Érdemes megemlíteni, hogy az iskolai sportkörök a mi középiskolai sportköreinkhez képest kevés anyagi alappal rendelkeznek. Bevételük csak a tagdíjakból, rendezvényekből és a szülői munkaközösség adományából áll, és néhány ezer zlotyt tesz ki évenként. Közvetve — felszerelésben, versenyrendezési költségekben stb. —, természetesen, kapnak támogatást.

Nagyon élénk az ifjúság turistamozgalma. Ezt állami vonalon is nagyon segítik. Nyáron az iskolákban turistaszállásokat rendeznek be a tanulóknak, akik csekély összegért vehetik igénybe. Ezen túl építenek ún. menedékhelyeket is. Ez nálunk teljesen ismeretlen. Országjárás szempontjából látogatottabb helyeken az iskolák udvarán víkendházszerű, 6—8 személyes könnyű épületeket emelnek, amelyeket a tanulók egyénileg, vagy csoportosan, tanári vezetéssel, a szorgalmi időben is igénybe vehetnek.

Rövid lengyelországi tartózkodásom alatt főként tudományos és továbbképzési intézményeket látogattam meg. A testnevelés területén is igen élénk kutatómunka folyik. Igaz, lehetőségeik nagyobbak mind intézmények, mind személyi feltételek vonatkozásában. Négy testnevelési főiskola, Testnevelési Tudományos Kutató Intézet, Pe-

dagógiai Intézet és Metodikai Intézet a tudományos munka központjai.

Nagyon megszívlelendő volt a különböző intézményekben folyó kutatómunkában az, hogy a gyermeki személyiség foglalta el a középpontot. Mi sokszor estünk abba a hibába (és ma sem ritkaság ez), hogy egyoldalúan, a társadalmi szükségletek oldaláról indulva jutottunk el a gyermekhez, és ez az eljárás sokszor vezetett el üres frazeológiához, dogmatikus állásponthoz a szakirodalomban. Nagyon tanulságos volt szemügyre venni kutatás metodológiájukat, melyben nagyon fontos helyet kapott a gyermek a maga testi és szellemi fejlettségével, érdeklődésével.

Kutatási módszereikben nagy szerepet kapnak az induktív eljárások: a kérdőívek, tesztek, klinikai módszerek. A nagy mennyiségű adatokat a matematikai statisztika sokoldalú eszközeivel dolgozzák fel, és nem félnek statisztikai összefüggések, törvények megállapításától. Egy-egy szélesebb körű kutatómunkában a legkülönbözőbb tudományok szakembereit is bevonják, és az eredményeket több tudományág szempontjából is értékelik. Leggyakrabban — érthetően — pedagógiai, orvostudományi szakemberek vesznek részt, de esetenként pszichológusok, szociológusok, pszichiáterek is hozzáadják a maguk eredményeit. Gyakoriak az „intézményközi" kutatások, mint amilyen pl. a varsói Testnevelési Főiskola pedagógiai tanszéke és a Testnevelési Tudományos Kutató Intézet közös munkája is. Ez mindjárt arra is mutat, hogy ha nincs is megnyugtatóan megoldva a kutatómunka országos koordinálása, a különböző intézmények mégsem egymástól elszigetelve végzik munkájukat. A kutatómunka koordinálását egyébként intézményesen, egy külön e célra alakult bizottság útján is igyekeznek elősegíteni és nagyon imponáló az a kiadvány, amely a különböző intézmények kutatómunkáját regisztrálja. (Az iskolai testnevelés pl. 143 témával szerepel benne.)

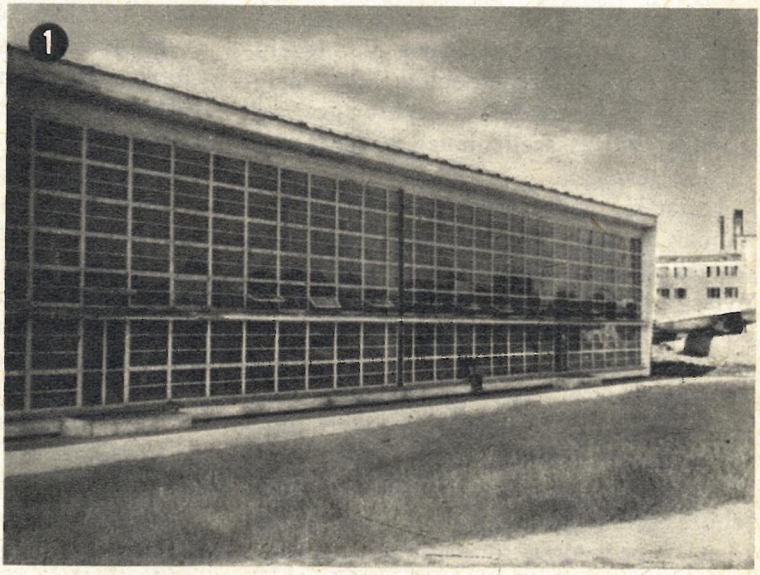
A tanárok szakmai továbbfejlődését nagyon jelentős mennyiségű folyóirat, kiadvány segíti. A továbbképzés azonban főként a metodikai kabinetek vonalán történik. Az Oktatásügyi Minisztérium mellett működik egy központi metodikai intézet, melyben az egyes iskolai tantárgyaknak megfelelően vannak munkatársak. Megyénként 1—1 metodikai kabinet van, melyekben általában 2—2 személlyel van képviselve a testnevelés. Ezeknek a kabineteknek csak a továbbképzés a feladatuk, mert a felügyeleti hálózat ettől független. A csupán heti 6 órában tanító munkatársak látogatják az iskolákat és így gyűjtik össze a problémákat. A továbbképzés változatos módon folyik: tanfolyamokat szerveznek, konferenciákat rendeznek a tanárok szűkebb vagy tágabb körének bevonásával, pedagógiai előadásokat, bemutatóórákat szerveznek. Maguk a kabinetek is készítenek különböző kiadványokat a tanárok számára a legfontosabb aktuális problémákról. De a módszertani kabinetek munkatársai befolynak a különböző kutatómunkába is. Nagyon élénken tevékenykednek kisebb alkotó munkaközösségek, amelyek maguk választotta témával foglalkoznak. Varsóban pl. 20—30 ilyen kis munkaközösség működik.

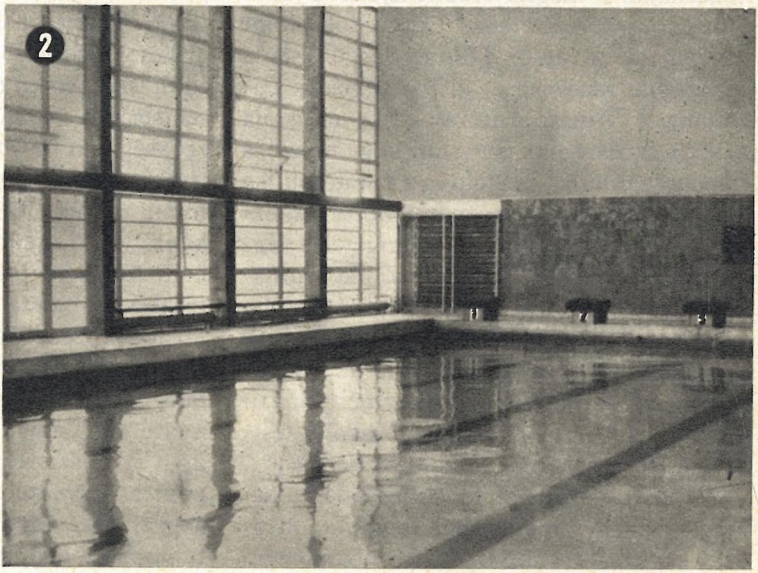
A megyei metodikai kabinetek igen nagy önállósággal dolgoznak. A Központi Metodikai Intézet csak iránytémákat jelöl meg, így a megyei programok nagyon rugalmasan tudnak alkalmazkodni a helyi szükségletekhez. Erre nagy szükség is van, hiszen egészen más problémák merülnek fel az alföldi iskolákban, mint pl. a hegyvidéki vagy tengerparti iskolákban. A nagy önállóságra szükség van továbbá azért is, mert a felszabadulás után nagy tanárhiányt kellett pótolni, és jelenleg nagyon különböző előképzettségű tanárok működnek az iskolákban. Az elkövetkező években egyik legfontosabb problémájuk ezért a káderképzés és továbbképzés. Határozat is történt az oktatóképzés és továbbképzés felülvizsgálatára. Ezt a problémát egy nagyon figyelemreméltó elv alapján oldják meg. Az Oktatásügyi Minisztérium ugyanis arra az álláspontra helyezkedett, hogy minél fiatalabb a gyermek, annál nehezebb és felelősségteljesebb a testnevelési munka velük, tehát

annál magasabb szakmai és pedagógiai képzettséggel kell rendelkeznie azoknak a személyeknek, akik ezt a munkát végzik.

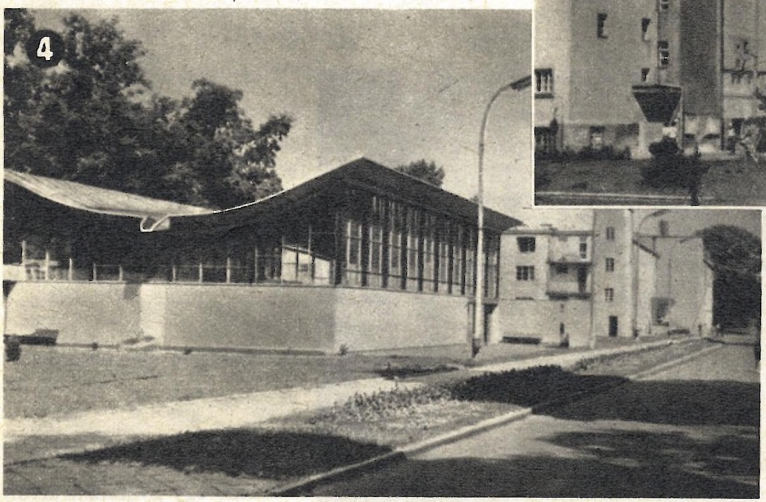
Talán fölösleges is megjegyeznem, hogy az eltöltött néhány napon a lengyel kollégák hagyományos vendégszeretete és gondoskodása kísért. Valóban mindent megtettek azért, hogy a rövid időt minél eredményesebben használhassam fel. Többször is hangsúlyozottan kértek arra, hogy szívélyes, baráti üdvözletüket adjam át a magyar kollégáknak. Felhasználom az alkalmat, hogy ennek a kérésnek most eleget tegyek.

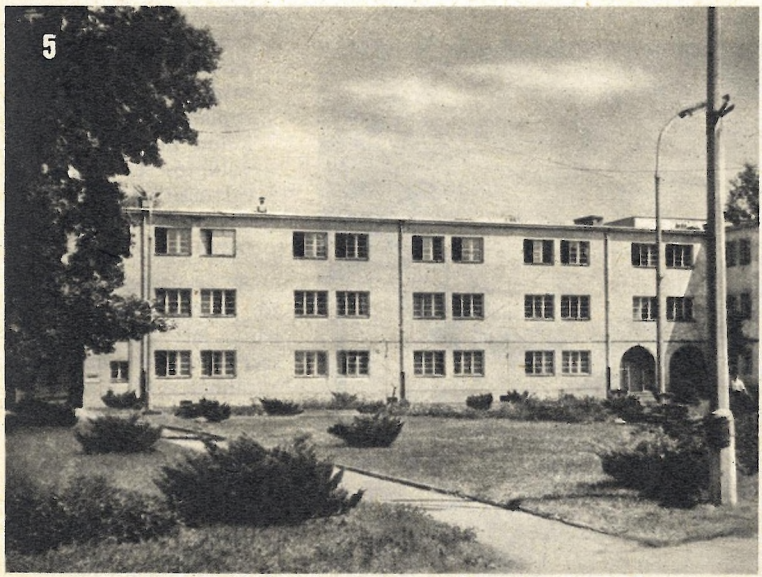
Burka Endre





Egy a sok száz iskola közül, amely az 1000 éves akcióban épült Lengyelországban társadalmi összefogásból. Az iskolákat a lengyel repülősök építették gyermekeiknek 30 millió zloty költséggel. A vidéki gyermekek a 200 személyes internátusban kapnak teljes ellátást. Az 1. képen látható épületrészben a 2. képen bemutatott uszoda és a tornaterem kapott helyet. Meleg vizet egy erőműtől kapják, de így is évi 1 millió zlotyba kerül az uszoda üzemeltetése, ahová a környék iskolái is járnak úszásoktatásra, és egyesületek is bérlik edzés céljaira.





A varsói Testnevelési Főiskola hatalmas parkban, a külvárosban épült fel. A szabadtéri pályák mellett nagyméretű tornacsarnok és kisebb, a 4. képen is látható edzőtermei vannak a birkózásnak, vívásnak stb. A főiskola területén székel a Lengyel Olimpiai Bizottság is, és itt kapott helyet az 5. képen látható épületben a Testnevelési Tudományos Kutató Intézet is.

Korszerű előfeltételek — korszerű oktatás

Nem is egyszerűen iskolai sportpálya, hanem valóságos sportpark a jászberényi Lehel vezér Gimnázium sportkombinátja. Azzá varázsolják az ízlésesen és célszerűen elhelyezett, fák övezte, betonszegélyes pályák, a piros salak és a zöld gyep. Csak a fiatal fák és cserjék árulkodnak arról, hogy nem egy sokévtizedes, szisztematikusan kiépített, hanem éppen csak kész létesítményről van szó. A lakótelepnek kisajátított régi „tornakert" helyett kapta az elöregedett, kihalófélben levő gyümölcsös telket a gimnázium és ebből építette fel hallatlan energiával a sportpályát az ifjúság *Szántai József* testnevelő tanár vezetésével. A fiatalok mintegy 16 ezer munkaórát dolgoztak itt, amíg a régi fákat kiirtották, elvégezték a pályatükrök kiemelését, és elkészítették a piros salakos pályákat. Csak az tudja igazán értékelni ezt a teljesítményt, aki maga is megpróbálkozott már azzal, hogy saját

Íme egy gyorslista arról, hogy mi minden van a jászberényi Lehel vezér Gimnázium sportkombinátjában:

bitumenes kosárlabdapálya,
salakos kézilabda- és röplabdapálya,
külön magasugró-, távolugró- és rúdugró-, valamint egy kombinált távol- és magasugrópálya.

Az épületben két öltöző, csempés mosdó (zuhany, láb- és kézmosók), szertár, tanári szoba és kazánház van.

A futópálya 200 m-en négysávos és további 100 méteren kétsávos, fűrészelt mészkő szegéllyel. A fiatal fák csak fokozzák az amúgy is szemet gyönyörködtető sportpark hangulatát.

ОБУЧЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРЕ
№ 4 1966 г.

Янош Нири: К началу нового учебного года 97

Дьула Дьэрэк: Содействовать широкому введению лечебной физкультуры 99

Дежсэ Силади: Воспитать учащихся к самостоятельной практической работе 102

Ласло Надори: Некоторые тенденции в физкультуре и спорте 105

Золтан Раффел: Физкультура и коедукация 109

Ильдико Ковач: Самооценка, реальность уровня запросов в физкультуре 112

Янош Сабо: Культура по играм и её развитие 116

Постановление Венгерского союза физкультуры и спорта по задачам спортивных кружков средних школ в 1966/67 учебном году *(А. Мезэфи)* 118

СООБЩЕНИЯ 121

KÖRPERERZIEHUNG
Heft 4/1966.

János Nyíri: Vor das neue Schuljahr 97

Gyula Györök: Helfen wir zur breiten Einführung der Heilgymnastik! 99

Dezső Szilágyi: Erziehen wir unsere Schüler zur praktischen, selbständigen Arbeit! 102

László Nádori: Einige Tendenzen in Körpererziehung und Sport 105

Zoltán Raffel: Körpererziehung und Koedukation 109

Ildikó Kovács: Selbstbeurteilung, Realität der Standards in der Körpererziehung. 112

János Szabó: Spielkultur und deren Gestaltung 116

Beschluss des Ungarischen Verbandes für Körpererziehung und Sport über die Aufgaben der Sportzirkel der Schulen mittlerer Stufe im Schuljahr 1966/67. *(András Mezőfy)* 118

BERICHTE 121

erőből építsen pályát. Szántai József 30 éves gazdag tapasztalata, szakértelme és lankadatlan lelkesedése volt a pályaépítés motorja. A gimnazistáknak lelkes segítői voltak az ipari tanulók, és a nagy erőfeszítés elismeréseként a Testnevelési és Sportszövetség is hozzájárult 50 ezer forinttal a bitumenes kosárlabdapálya építéséhez. A pályát természetesen nemcsak a gimnázium, hanem az ipari tanulók, sőt általános iskolások is használják. Hetente csak a testnevelési órákon mintegy 2000 tanuló fordul meg a pályákon. De a pálya segíti az egyesületi sport fejlődését is. És hogy valóban pezsgő sportélet bölcsője ez a pálya, mi sem bizonyítja jobban, mint az, hogy a gimnázium tanulói szinte *minden sportágban* a legjobbak között vannak a megye középiskolái között.

De adjunk hangot a gimnazisták szívfájdalmának is: a sportpark közepén ma még beékelődik egy magántelek, éppen ott, ahová egy kis méretű labdarúgópályát terveztek. Kérjük mi is a Városi Tanácsot, tegye mielőbb lehetővé, hogy a gimnazisták felépíthessék ezt a kis labdarúgópályát. Ők már igazán bebizonyították, hogy megérdemlik a legmesszebbmenő támogatást is.

B. E.

Ára: 2,40 Ft

A testnevelés tanítása

EGYÉNILEG IS ELŐFIZETHETŐ

a Posta Központi Hírlapirodánál
(Budapest, V., József nádor tér 1.)
vagy bármely postahivatalnál

Előfizetési díj egy évre 14,40 Ft
félévre 7,20 Ft

Csekkszám: 61.256

Ne felejtse el a befizetési lap hátoldalán feltüntetni, hogy a lapot melyik lapszámtól kezdve kéri!

Indexszám: 25 110